جامعة مولود معمري

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علوم التربية

الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ ثالثة ثانوي

دراسة ميدانية في ثانوية الإخوة حانوتي - بولاية تيزي وزو

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم التربية

تخصص علم النفس التربوي

من إعداد الطالبتين:

- بلحاج شهيرة
- بوجمعة زوهرة

تحت إشراف الأستاذ:

د. بوعنيقة لخضر

السنة الدراسية: 2022/2021

كلمة الشكر و التقدير

نحمد الله ونشكر فضله ونعمته أن من علينا نعمة الصحة والعلم

و أن قدرنا على اتمام هذا العمل المتواضع ،

ثم نتقدم بالشكر الى اعز من في الوجود الا وهم الاولياء الذين لم يبخلوا بالنصح والامداد المادي والمعنوي والى كل من قدم لنا المساعدة سواء عن قرب او عن بعيد .

كما نتقدم بالشكر الجزيل والاستثنائي للأستاذ المشرف "د. بوعنيقة لخظر"

على كل المجهودات التي بذلها معنا وكذا الصبر معنا لإتمام هذا العمل

فكان لنا نعم الموجه والمرشد في مجال البحث وطلب العلم وادعو أن يطيل الله في عمره ،

وان يمده بالصحة والعافية ، ادامك الله للعلم وطلبه.

كذلك لا ننسى "د. لويزة معروف" ،

شكرا على امدادنا العلم الوفير ،

وكذا اساتذة اعضاء لجنة المناقشة

الموقرين على قبول تقييم هذا العمل ،

والى كل قسم علوم التربية بجامعة مولود معمري .

شهيرة و زوهرة

إهداء

و ما توفيقي الا بالله عليه و توكلت و اليه انيب

اهدي ثمرة جهدي الى نور بصري الى من رضاها سر نجاحي و حنانها بلسم جراحي امي الحبيبة

الى من عمل بكد من اجلي و علمني معنى الكفاح و اوصلني الى ما انا عليه الذي غادر الحياة و لم اشبع منه ابي رحمه الله و اسكنه فصيح جناته

الى اخوتي مناد و محرز و اخواتي زكية ,سيهام و زينة والي زوجي العزيز الذي شجعني على مواصلة تعليمي والى عائلته الكريمة

والى صديقاتي خاصة التي تقاسمت معها اعباء المذكرة "زوهرة"

و الى الكتاكيت الصغيرة في العائلة الكريمة ,زياد,اسامة,انيا,الين

شهيرة

إهداء

اهدي ثمرة عملي هذا الى الوالدين الكريمين اطال الله عمريهما ,اللذين تابعا معي هذا المشوار الى نهايته

الى اخوتي و اخواتي :نادية,سعدية,اكلي,سعذي,و اولادهم

الى كل افراد عائلة بوجمعة و شرفوح

الى خطيبي مراد و عائلته الكريمة

الى كل الاصدقاء و الصديقات :نسرين ,ليدية ,يمينة و بالاخص "شهيرة"التي هي صديقة دربي و التي معها تشاركت هذا العمل

و الى كل من ينبض قلبه بالحياة

زوهرة

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية الى معرفة العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى عينة من 100 تلميذ وتلميذة بالسنة الثالثة ثانوي ببوزقان "ثانوية الاخوة حانوتي " شرق ولاية تيزي وزو ، مستخدمتان مقياس الضغط النفسي لداوود "1995"و حدوش كاملية "2017" الذي عدد بنوده 60 بند، وكذا معدلات التحصيل للتلاميذ خلال الفصل الثالث من السنة الدراسية (2022/2021)، واعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي فكانت النتائج :

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائيا بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالث ثانوي .

- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

وعلى ضوء هذه النتائج توصلت الدراسة الى عدد من التوصيات والاقتراحات .

Résumé de l'étude :

La présente étude visait à connaître la relation entre le stress psychologique et la réussite scolaire auprès d'un échantillon de 100 élèves de sexe masculin et féminin en troisième année du secondaire à Bouzgan, « Lycée Akhwa Hanouti » à l'est de la province de Tizi Ouzou, à l'aide du test de stress psychologique Daoud. Échelle « 1995 » et Haddoush Kamelia « 2017 » dont les 60 items sont , ainsi que les taux de réussite des étudiants au cours du troisième semestre de l'année universitaire (2021/2022), et dans cette étude nous nous sommes appuyés sur l'approche analytique descriptive, et les résultats étaient :

- Il existe une corrélation statistiquement significative entre le stress psychologique et la réussite scolaire chez les élèves du troisième secondaire.

- Il existe des différences statistiquement significatives dans le niveau de stress psychologique dû à la variable du sexe parmi les élèves du troisième secondaire.

- Il existe des différences statistiquement significatives dans le niveau de réussite scolaire selon la variable sexe chez les élèves du troisième secondaire.

À la lumière de ces résultats, l'étude a abouti à un certain nombre de recommandations et de suggestions.

فهرس المحتويات:

العنوان	الصفحة
كلمة الشكر	
الاهداء	
ملخص البحث	
قائمة الجداول	
مقدمة	أ
الفصل الاول : الإطار العام للدراسة	
1- الاشكالية	4
2- الفرضيات.....	8
3- اهداف الدراسة.....	8
4- اهمية الدراسة	9
5-تحديد المفاهيم الاجرائية	9
6- الدراسات السابقة	11

7- التعقيب عن الدراسات السابقة	15
الجانب النظري	
الفصل الثاني : الضغط النفسي	
تمهيد.....	19
تعريف الضغط النفسي	20
أنواع الضغط النفسي	21
مصادر الضغط النفسي.....	22
النظريات المفسرة للضغط النفسي.....	27
الآثار المترتبة عن الضغط النفسي	32
استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية	34
خلاصة.....	**38**
الفصل الثالث :التحصيل الدراسي	
تمهيد	**40**

تعريف التحصيل الدراسي	41
أنواع التحصيل الدراسي.....	42
العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي.....	43
قياس التحصيل الدراسي.....	48
النظريات المفسرة للتحصيل الدراسي	51
شروط التحصيل الدراسي	52
اهداف التحصيل الدراسي	53
اهمية التحصيل الدراسي	54
خلاصة	56
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع :الاجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	59
التذكير بفرضيات الدراسة.....	60

منهج الدراسة.....	60
الدراسة الاستطلاعية.....	60
مجال اجراء الدراسة.....	61
نتائج الدراسة الاستطلاعية	61
الاساليب الاحصائية	62
مجتمع الدراسة	62
عينة الدراسة	62
خصائص العينة	63
ادوات جمع البيانات	63
خلاصة الفصل.....	66
الفصل الخامس: عرض وتفسير نتائج الدراسة الميدانية	
تمهيد	68
1- عرض نتائج الفرضية الاولى	69

2- عرض نتائج الفرضية الثانية.....	70
3- عرض نتائج الفرضية الثالثة	71
4-مناقشة نتائج الفرضيات	72
4-1-مناقشة الفرضية الاولى	72
4-2-مناقشة الفرضية الثانية	73
4-3- مناقشة الفرضية الثالثة	73
5- النتائج العامة للفرضيات	74
خاتمة	75
توصيات	76
مراجع.....	79
ملاحق	86

قائمة الجداول

رقم الجدول	المحتوى	الصفحة
جدول رقم 1	يمثل توزيع عينة الدراسة حسب الجنس	63
جدول رقم 2	يبين توزيع العينة حسب الشعب	63
جدول رقم 3	يوضح نتائج الفرضية الأولى : توجد علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي	69
جدول رقم 4	يمثل نتائج اختبار الفرضية الثانية : توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي	70
جدول رقم 5	يوضح نتائج اختبار الفرضية الثالثة : توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .	71

مقدمة :

يعيش الإنسان دوما و هو يسعى إلى التجاوب مع متطلبات الحياة التي نجدها تتطور و تتعدد من يوم لآخر في شتى المجالات التي تعنيه بطريقة مباشرة و غير مباشرة , فكثيرا ما تمر عليه وضعيات تدفعه إلى استعمال طاقاته الجسمية و النفسية للتكيف معها , ورغم التسهيلات التي جاء بها التطور التكنولوجي للإنسان إلا أن في سعيه هذا قد يعجز أمام الأعباء المتزايدة التي تفوق قدرته على التكيف مما يسبب له ضغطا نفسيا .

حيث نجد أن التلاميذ اليوم يتعرضون لضغوط و يواجهون صعاب و مشكلات و ذلك لمواجهة متطلبات العصر الذي طرأ عليه الكثير من المستجدات في مختلف المجالات التعليمية و التكنولوجية والاقتصادية و السياسية و الاجتماعية و الأسرية ليتطلب طرق تفكير و أساليب تعامل تختلف عما تعودوا عليه من أساليب جاهزة لمعالجة تلك القضايا و المستجدات .

و تعتبر المرحلة الثانوية أحد المحطات الهامة في حيات التلاميذ خاصة المقبلين على شهادة البكالوريا ,و ذلك لما تحتويه المتغيرات و المتطلبات حيث تجعل التلاميذ أمام مواجهة العديد من الصعاب و المواقف و التي تتطلب استجابات و ردود أفعال قد يقف التلاميذ عاجزين أمامها لعدم وجود آليات و الأدوات و المهارات و الأساليب الملائمة لمقابلة تلك الضغوط باستجابات سليمة تحقق لهم الصحة النفسية .

كما أن الاهتمام بهذه الفئة ضرورة تفرضها أهمية المرحلة التي يمر بها التلاميذ في تحصيلهم الدراسي بحيث أن وجود ضغوط نفسية مرتفعة ترتبط عكسيا بالتحصيل الدراسي لديهم و الذي يعد المدخل الرئيسي الذي يمكن من خلاله التعرف على أسباب تراجع و رسوب بعض التلاميذ في المدارس و الذين لا يستطيعون أن يكونوا مثل أقرانهم في القدرة على التعلم و اكتساب معلومات و معارف مختلفة .

على هذا الأساس جاءت محولتنا هذه لمعرفة علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالث ثانوي وذلك قصد مساعدتهم في التقليل من الضغوط النفسية وزيادة تحصيلهم الدراسي .

وقد تم تقسيم هذا البحث الى ستة فصول حيث خصص للجانب النظري للذي احتوى على الإشكالية الفرضيات وأهداف وأهمية البحث وتحديد المصطلحات اما الفصل الثاني سنتطرق فيه على الضغط النفسي تعريفه ، انواعه ، مصادره ، النظريات المفسرة له ، الاثار المترتبة عنه ، استراتيجيات مواجهته ،اما الفصل الثالث سنتطرق فيه على التحصيل الدراسي تعريفه ، أنواعه ، العوامل المؤثرة عليه ، قياسه ، النظريات المفسرة له ، شروطه ، اهدافه واهميته .

الفصل الرابع خصص للإجراءات المنهجية للدراسة ، اذ عالج الفصل الرابع اهم الخطوات المتبعة وتحديد المنهج المتبع للحصول على المعلومات في هذا البحث وكذا التعريف بمجتمع البحث والعينة وبأدوات القياس وعرض نتائج الدراسة الاستطلاعية. اما الفصل الخامس قد خصص لعرض وتفسير النتائج .

اما الفصل السادس فقد تناول تحليل ومناقشة النتائج حسب الفرضيات و الاستشهاد بالدراسات السابقة المنصبة في الموضوع ثم سنتمم البحث باستنتاج عام ثم تليه تقديم مجموعة من الاقتراحات التي تتماشى مع الموضوع .

الفصل الاول

الإطار العام للدراسة

1- الاشكالية

2- الفرضيات

3- اهداف الدراسة

4- اهمية الدراسة

5-تحديد المفاهيم الاجرائية

6- الدراسات السابقة

7- التعقيب عن الدراسات السابقة

إشكالية الدراسة :

يمر التلميذ منذ بدئ مشواره الدراسي بمجموعة من التجارب و الخبرات التي تعمل على بناء تصورات حول الدراسة و التعلم ، وتعمل على تحديد أهداف كما يشارك في بناء هذه التصورات أطراف أخرى يتفاعل معها التلميذ كالأسرة ، والمجتمع وجماعة الرفاق ، ومع انتقال هذا التلميذ من مرحلة دراسية إلى أخرى تتضح معالم هذا التصور ، وتصبح الأهداف أكثر دقة على ما كانت عليه من قبل ، الأمر الذي يحمل هذا التلميذ مسؤولية العمل و المثابرة في سبيل تحقيق أهدافه .

وتجدر الإشارة إلى أن هذا التلميذ يعيش في زمن كثرت وتعددت فيه الضغوط النفسية بالإضافة إلى ما يمتاز به التغير السريع والمتلاحق مما يجعله يواجه الكثير من التحديات في طريق تحديد أهداف وتلبية احتياجاته وصولا للتوافق الشخصي و الاجتماعي .

وإذا كانت الضغوط النفسية تترك أثارها في مختلف مجالات الحيات والمراحل العمرية المختلفة فان تلاميذ السنة الثالثة ثانوي هم أكثر عرضة للضغوط النفسية خاصة أنهم مقبلين على امتحان شهادة البكالوريا ، و بالتالي فأنهم يعايشون ضغوطا كشفت عنها الدراسات العلمية التي أجريت في مختلف الدول العربية و الأجنبية ، هذا بالإضافة إلى المشكلات النفسية التي يتعرضون لها ، فقد لخصت بعض الدراسات التي أشار إليها (**سليمان الطريري ، 1994)** : انه في المجال التربوي وجد ما يمكن تنميته بالضغط الأكاديمي الذي ينتج عن أسباب نظام الاختبارات و الواجبات المنزلية واتجاهات الآباء ، والمدرسين نحو التلميذ وأدائه الدراسي . **(الطريري ، 1994 ، ص52)** .

كما برهنت بعض الدراسات على ان الضغوط النفسية المدركة لدى التلاميذ تنشا من التغيرات السريعة التي عرفتها المنظومة التربوية والتي تشمل المقررات الدراسية الكثيرة ونظام الامتحانات والتقويم التربوي و طبيعة العلاقات بين التلاميذ بعضهم البعض من جهة ، وبين معلميهم و الاداريين من جهة اخرى ، و زيادة المسؤولية الملقاة على عاتق التلاميذ سواء كانت داخل المدرسة أو خارجها ، **(عبد الباسط ، 2009، ص02).**

اذن هذه الدراسات وأخرى أجمعت على وجود مصادر متنوعة وكثيرة تتسبب الضغط النفسي لدى التلاميذ تختلف باختلاف الحدث الضاغط ، تأثير عامل الجنس في الضغوط النفسية لدى تلاميذ الثانوية فقد تعددت واختلفت الدراسات في الكشف عنها ، فقد توصلت دراسة كل من**(نوال سيد 2009)**ودراسة (**عبدي سميرة 2011)**إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في التعرض للضغوط النفسية ، في حيث نجد (دراسة دافيد وف 2005) التي أشارت إلى أن الذكور يعيشون مشاكل دراسية أكثر من الإناث **(عبدي ،2011)** فيما ذهبت دراسة أخرى إلى أن الإناث أكثر تعرضا للضغوط النفسية من الذكور ، ومن بين هذه الدراسات نجد دراسة : **(روبنز ، تاينك 1979)** ، ودراسة **(نيوكمب و زملائه** 1986)، ودراسة **(هاملتون و بيفيرلي 1988)** ، **(سيد يوسف ، 2011)** ودراسة كل من**(ابراهيم ، 1994)** ، **(الاشقر 2003)** ، **(بوفاتح 2005)**،**(الحجار 2007)**،**(حسن وحسين 2007)**، التي أجمعت على أن الإناث أكثر من الذكور تعرضا للضغوط النفسية من الذكور ومنه فان درجة الضغط النفسي للحدث الواحد تختلف من شخص لأخر ويتوقف على ذلك مدى قدرة الفرد على السيطرة على الموقف و الوفاء بمتطلباته و الاعتماد على إمكانياته الشخصية وخبراته السابقة وما يتوافر له من نصائح الدعم و المساندة الاجتماعية في بيئته **. (الكلداري ، 2011) .**

كما ان للتخصص الدراسي دور في إحداث الفروق بين التلاميذ من حيث شعورهم بالضغط النفسي ومستوياته ، وعليه فقد كشفت بعض الدراسات عن الفروق بين التخصصات الدراسية في التعرض للضغط النفسي ، نذكر على سبيل المثال دراسة **(عبدي سميرة 2011)** ، التي توصلت الى وجود فروق بين الادبيين و العلميين في درجات الضغط المدرسي لصالح التلاميذ ذو التخصص العلمي وارجعت ذلك الى كون العلميين مطالبون بالاجتهاد اكثر من ذلك واعتقادهم بصعوبة التخصص مما يدفعهم الى بذل مجهود اكبر لنيل معدل اعلى ، **(عبدي** ، 2011 ، ص188).

وفي نفس السياق نجد دراسة كل من **جوستل ، المقدادي** 1998 و دراسة **بوست** 2008 التي اشارت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ العلميين و

الادبيين في التعرض للمشاكل الدراسية ، كما اكدت دراسة كل من **بلحسن** 2000وشاهد خالد سليمان على وجود فروق بين التلاميذ العلميين و الادبيين في الشعور بالضغط المدرسي ، (**عبدي** 2011).

أشارت دراسة كل من **العنادي** 2000 و**سليمان** 2008 الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العلميين و الادبيين في درجات مقياس الضغط المدرسي (**عبدي** ، 2011، ص189)، وهذا ما توصل اليه الباحث **محمد بوفاتح** 2008 حيث توصل في دراسة له الى عدم وجود فروق جوهرية بين الادبيين في درجات مقياس الضغط النفسي وقد ارجع الباحث ذلك الى تشابه الاساليب التربوية و الوضعية الاقتصادية و المستوى التعليمي و الثقافي والى تشابه النظام التربوي الذي يتسم بالضبط و المناخ المدرسي المغلق (**بوفاتح** ، 2008) .

وعن تأثير الضغوط النفسية على الفرد وعلى اداء التلميذ الدراسي وقد كشفت عنه دراسات اخرى ، فعلى سبيل المثال نجد دراسة دوبسون التي تؤكد على ان هناك علاقة قوية بين الضغوط النفسية و الجسمية ، كما تشير دراسة **دي وولب** 1973الى ان التشتت والميل الى السلوك الفوضوي وعدم الانضباط للدرس والسرعة الى اللعب ناتجة عن الضغط الذي يعاني منه الانسان ، **(الجزاجي** 2012 ص129). كما توصلت **إيمام الفت** زادة 1982 الى ان الضغط النفسي يؤثر على اداء التلميذ المعرفي حيث تتحول امكاناته العقلية الى قوة سلبية لا تحصيل يرجى وراءها.(**ابراهيم** ، 1994).

وبالتالي فانه يمكن للضغط النفسي أن يتأثر بالإضافة على صحة الفرد على معنويات ودافعية الاشخاص ومنهم التلاميذ الذين سبب ظروفهم غير المواتية يفقدون الدافعية الى التعلم و الانجاز الذي من المفروض ان يتوج بالنجاح في الامتحان وتوجد بعض الابحاث التي توضح ان مستوى اداء الفرد يتدهور عندما يعاني من الضغوط النفسية **(سوليفان** 2008، ص 84) .

ومن جهة اخرى هناك من ينظر الى الضغوط النفسية من جانب اخر بوصفه عنصر مجدد للطاقة البشرية وبالتالي يرفع من دافعية التلاميذ نحو التعلم ليست قضية محسومة ، فهناك من التلاميذ من تتأثر دافعيته من جراء تعرضه للضغوط النفسية المستمرة وتفشل عزيمته وارادته ، وهناك من التلاميذ من تزيد هم الضغوط النفسية دافعا وطاقة ويحدث ذلك من خلال التحدي لها وهذا ما توصل اليه الباحث(**محمد بوفاتح** 2008).

بناءا على ما سبق ذكره نجد ان تعرض التلاميذ للضغوط النفسية قد يعد خطرا على صحتهم النفسية لانهم بمرحلة قد يصعب عليهم مواجهتها و التصدي لها ، وهذا ما قد يؤثر على اقبالهم على الدراسة وعلى نمو طموحاتهم الدراسية وبالتالي على نجاحهم الدراسي ومن هذا المنطق عادة فكرة دراسة هذا الموضوع لدينا والتي تهدف الى الكشف عن ما اذا توجد علاقة بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

وفي هذا الاطار نطرح التساؤلات التالية :

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي؟

- هل توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي؟

-هل توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي ؟

2- فرضيات الدراسة :

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي.

- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي.

3- أهمية الدراسة :

تتجلى اهمية الدراسة الحالية من كوننا نتناول موضوعا بالغ الأهمية ألا وهو الضغط النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المرحلة الثالثة ثانوي ، حيث تعتبر هذه المرحلة من اهم المراحل التي يمر بها المتعلم في حياته التعليمية ، اذ يتميز بحساسية بالغة الاهمية نظرا للظروف و التغيرات النفسية و الاجتماعية التي يتميز بها المتعلم في هذه المرحلة . وهذا ما جعل مجموعة البحث تقوم بدراسة هذه الفترة وخاصة الحالة النفسية ، وذلك من اجل الوصول الى استفسار حول علاقة الضغط النفسي بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المقبلين على شهادة البكالوريا ، وتكمن اهمية هذه الدراسة فيما يلي :

أ- معرفة الحالة النفسية للتلاميذ المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا .

ب- افادة المعلمين في التقليل من حدة الضغط النفسي لدى التلاميذ .

ج- الرفع من مستوى التحصيل الدراسي من خلال التحكم في مستوى الضغط النفسي.

د- معرفة الاسباب المؤدية لحدوث الضغط النفسي لدى هؤلاء التلاميذ .

4- اهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية للتعرف على:

- عما اذا كانت هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

- عما اذا كانت هناك فروق دالة احصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

- عما اذا هناك فروق دالة احصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

5- تحديد المفاهيم و المصطلحات الاساسية :

الضغط النفسي :

اصطلاحا :

- هي الاحداث التي تفرض على الشخص ، وتلزمه او تتطلب منه تكيفا فيزيولوجيا او معرفيا او سلوكيا .

- استجابة طبيعية لتحد بدني او عاطفي ، ويحدث عند فقدان التوازن بين المطالب وموارد التكيف ، ففي احدى كفتي الميزان يمثل الضغط النفسي التحديات التي تثيرنا وتجعلنا متأهبين ، بينما نجد في الكفة الثانية ان الضغط النفسي يمثل الاوضاع التي يصبح فيها الافراد غير قادرين على تلبية المطالب المفروضة عليهم ، وفي اخر المطاف يعانون انهيارا بدنيا و نفسيا .

(فيدمان ، 2010، ص28).

- ويضيف" فاروق السيد عثمان" حيث يقول : هو مصطلح يستخدم للدلالة على نطاق واسع من حيات الانسان كرد فعل لتاثيرات مختلفة بالغة القوة ، وتحدث الضغوط نتيجة العوامل الخارجية .

(السيد عثمان ، 2000).

التعريف الاجرائي :

الضغط النفسي : هو حالة نفسية تنشا من عدم التوازن في مطالب البيئة المحيطة ،التي يتعرض لها التلميذ المقبل على شهادة البكالوريا ، وتتشكل لديه نتيجة التهديد و الاضطراب الداخلي و الخارجي مما يولد لديه الشعور بالخوف والقلق والتوتر وتظهر اعراضه نفسيا وسلوكيا وفيزيولوجيا ويؤثر ذلك على تكيفه مع نفسه ومع محيطه الخارجي .ويقاس في الدراسة الحالية بناءا على درجات استجابة المفحوصين (افراد العينة) على بنود مقياس (الضغط النفسي) الذي قام بتصميمه داوود.

التحصيل الدراسي :

اصطلاحا :

التحصيل الدراسي يعني قدرة الطالب على التوفيق بين قدرته العقلية ومواهبه المختلفة مع مستوى التحصيل الدراسي الذي يحرزه او يصل اليها في الحقيقة ، ومن خلال قيامه بتعلم المهارات المختلفة التي تؤدي الى تعلم المواد التعليمية المتنوعة التي يجب على الطالب ان يتعلمها اثناء تواجده في المدرسة ، وقيامه بتحقيق مطالبها المتعددة .

(عبد الرحيم ، 2004).

ويضيف صلاح الين محمود علام ان التحصيل الدراسي يدل على الوضع الراهن لأداء الفرد او ما تعلمه او ما اكتسبه بالفعل من معارف ومهارات في برنامج تعليمي معين .

(صلاح الدين ، 2000).

اجرائيا : التحصيل الدراسي هو النتيجة النهائية التي يتحصل عليها التلميذ المقبل على شهادة البكالوريا ، من خلال الامتحان و الاختبارات التي يقوم بها داخل القسم خلال كل فصل دراسي او نهاية كل سنة دراسية ، ويتم تحديده بمعدلات وملاحظات يمكن من خلالها ان يظهر نجاح او فشل التلميذ ، ويقاس في الدراسة الحالية بناءا على الدرجات المتحصل عليها من طرف التلاميذ خلال تمدرسهم

6- الدراسات السابقة :

اولا: الدراسات العربية :

1- دراسة داوود (1995) : هدفت الدراسة الى التعرف على مصادر الضغوط التي يأتي منها طلبة الصفوف من السادسة الى العاشر اساسي وعلاقة هذه الضغوط بمتغيرات التحصيل الاكاديمي و الجنس، و الصف، وقد طبقت على عينة الدراسة المكونة من 320 طالب وطالبة .

اظهرت النتائج ان اهم الضغوط بالنسبة للطلبة هي المتعلقة بالمدرسة والجو الصفي و الانفعالات و المشاعر و المخاوف ، واقلها اهمية هي المتعلقة بالأمور المالية و بالعلاقة مع الابوين بينما اعتبرت الضغوطات المتعلقة بالمستقبل وبالعلاقة مع الزملاء ومع المدرسين متوسطة الاهمية . هذا وقد اظهر تحليل التباين متعدد المتغيرات وجود اثر لمتغيرات الجنس والصف والتفاعل بينهما مع المتغير التابع وهو مجالات الضغوط ومعدله الدراسي ، وقد فسرت مصادر الضغوط المتعلقة بالمدرسة 42 بالمئة من التباين في معدل علامات الطالب .

2- دراسة فاطمة الحازمي (1999) : بعنوان مشكلات طالبات الصف الثالث ثانوي ذوات التحصيل المنخفض بمدينة جدة .

هدفة هذه الدراسة الى التعرف على اهم المشكلات الدراسية ، الاسرية ، الصحية ، النفسية ، الاجتماعية ، الاقتصادية التي تعاني منها طالبات الصف الثالث ثانوي

ذوات التحصيل المنخفض ، تكونت عينة الدراسة من (96) طالبة بالمدارس الثانوية التي تم اختيارها بطرية عشوائية ، والتي تمثل 30 بالمئة من عدد المدارس ، وقد استخدمت الباحثة تطبيق استبانة من عن المشكلات التي تواجه طالبات المرحلة الثانوية .واشارت نتائج الدراسة الى وجود مشكلات دراسية ، اسرية ، وصحية ونفسية واجتماعية واقتصادية تعاني منها طالبات الصف الثالث ثانوي ، كما كشفت النتائج عن اهم المشكلات التي تعاني منها الطالبات ذوات التحصيل المنخفض وهي على الترتيب التالي:

1- مشكلات دراسية

2- مشكلات نفسية

3- مشكلات اجتماعية

4- مشكلات صحية

5- مشكلات اسرية

6- مشكلات اقتصادية

كما توصلت ايضا الى انه لا يوجد فروق دالة بين الطالبات الثالثة ثانوي ، ذوات التحصيل المنخفض (علمي ، ادبي)، في مجالات المشكلات .

3- دراسة عربيات و الخرابشة (2007) :

دراسة سعت الى التعرف على الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون واستراتيجية التعامل معها ، تكون مجتمع الدراسة من 1056طالب وطالبة متفوقون دراسيا في المؤسسات التعليمية التي انشاتها وزارة التربية والتعليم في الاردن للتعامل مع الطلبة المتفوقين ، وتكونت عينة الدراسة من (256)طالبا ، استخدم الباحثان مقياس الضغوط النفسية من اعدادهما والمكون من (38) فقرة ، اظهرت النتائج ان الفقرة الاكثر تأثيرا في حصول الضغط النفسي كانت "التوقعات الوالدية العالية " ، واقلها كانت "

شعور الطالب بعدم محبة زملائه واحترامهم له" ، كانت اكثر استراتيجية استخداما في مواجهة الضغوط من " استخدام المهدئات" واقلها كانت "الاستفادة من الخبرات السابقة ".

كما توصلت الدراسة الى وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالته (0،01) في تعرض الطلبة المتفوقين الى الضغط النفسي تعزى الى متغير الجنس لصالح الذكور ، والى عدم وجود تفاعل بين متغيري الجنس والمرحلة الدراسية ، والى عدم وجود فروق دالة احصائيا في استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط تعزى الى متغيري الجنس و المرحلة الدراسية .

4- دراسة جابر الله بن مبارك السنيدي (2008) :

بعنوان الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي ، دراسة اجرية على طلاب كلية " الملك فيصل " الجوبة ،وقد هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الضغوط النفسية التي يعاني منها الطلبة ، التعرف على العلاقة الموجودة بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي ، فقد تناولت اهم الضغوطات التي يتعرض لها الطلاب العسكريين ، وقد وجد الباحث ان الضغوط الاكاديمية تمثل اعلى مستويات الضغوط النفسية لدى الطلاب ، ثم تأتي بعدها الضغوط الاسرية ، ثم تليها الضغوط الاجتماعية بينما حصلت الضغوط الشخصية اقل درجة في التأثير على حيات الطالب .

اوضحت نتائج الدراسة وجود ارتباط سلبي عكسي بين الضغوط النفسية والتحيل الدراسي كما توصلت ايضا الى ان الطلاب في مجتمع البحث يستخدمون اولا اساليب البحث عن حل المشكلة لمواجهة الضغوط ، ويأتي بعدها اسلوب التدعيم الاجتماعي واخيرا اسلوب التجنب .

ثانيا : الدراسات الاجنبية :

1- دراسة شانسي و سلدو (shaunessy &suldo .2010) :

سعت الدراسة الى التعرف على الاستراتيجيات المستخدمة من قبل الطلبة المتفوقين للتعامل مع الضغوط النفسية ومواجهتها ، تكونت عينة الدراسة من (89طالبا عاديا) و (52) الطلبة المتفوقين في المرحلة النهائية من الثانوية العامة والملتحقين بالبرنامج التحضيري للالتحاق بالجامعة ، والذي يتصف بظروف واحداث تختلف عما تعودا عليه وهم في المرحلة الثانوية ، كما تم مقابلة مجموعة من المتفوقين ومرتفعي التحصيل والذين تم ادراجهم في مناهج اكاديمية مكثفة ، اعتمد على مقياس الضغوط النفسية بالإضافة الى مقياس الاساليب الموجهة للضغوط .

(COLEN;KAMARCK ET MERMELSTEN;1983)

اظهرت النتائج ان الطلبة المتفوقين اظهروا مستويات من الشعور بالضغط متشابهة للطلبة العاديين غير المتفوقين الملتحقين بنفس البرنامج ، بالإضافة ان الطلبة المتفوقين كانوا متشابهين لزملائهم غير المتفوقين في الطريقة التي يتعاملون بها مع الضغوط الاكاديمية حيث انهم يستخدمون اساليب اعادة التشكيل الايجابي و التجنب و البحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي ، ومن جهة اخرى اظهر الطلبة المتفوقين اختلافا عن زملائهم العاديين في قدرتهم في التعامل مع الغضب والمرح واسلوب حل المشكلات .

2- دراسة وينغ وعبد الله :

هدفت الدراسة الى التعرف على الطبيعة الارتباطية بين الضغوط النفسية و التحصيل الاكاديمي لدى الطلبة الجامعيين الذين يدرسون في بوتر المحلية في (ماليزيا)، ومقارنة مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة حسب السنة الدراسية ، تم اختيار العينات باستخدام اسلوب اختيار العينة العنقودية والتي تكونت من (376) طالبا ، تم حساب التحصيل الاكاديمي للطلبة من خلال المعدل التراكمي (ج.ب.ا)

للفصل الدراسي السابق . ثم قياس الضغوط النفسية باستخدام مقياس الضغوط النفسية الاكاديمية .(THE COLLEGE UNDERGRADUATE STRESS SCOLE)

اظهرت نتائج الدراسة ان عينة الطلبة الجامعيين يعانون من مستويات معتدلة من الضغوط النفسية الاكاديمية كانت لدى طلبة تخصص الطب، واظهرت النتائج ان مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة اولى كانت منخفضة مقارنة بباقي العينة ، كما تبين من خلال النتائج ان معظم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة كانت من الجوانب الاكاديمية ، وتبين من النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية لكنها ضعيفة بين الضغوطات النفسية والتحصيل الاكاديمي لدى الطلبة الجامعيين .

7- التعقيب عن الدراسات السابقة :

بعد استعراضنا للدراسات نستخلص ان اغلبها تناولت الضغط النفسي وبعضها المتغيرات المتعلقة بها و التحصيل الدراسي ،وقد أجمعت كلها تقريبا على اهمية الضغوط النفسية وكم لها من تأثير على الطلبة وعلى تحصيلهم الدراسي ، وان للضغوط النفسية مستويات مختلفة حسب الجنس والعمر والبيئة ، وعلى هذا الاساس جاء البحث الحالي ليؤكد او ينفي بعض الجوانب التي تم التطرق اليها في الدراسات السابقة والتي ساعدتنا في تكوين تصور شامل لموضوع الدراسة و ذلك من خلال ما اتبعه الدارسون من طرق ومناهج و ما توصلوا في ذلك من نتائج ، الامر الذي ساعدنا في تحديد صياغة المشكلة و تحديد التساؤلات وصياغة الفروض .

يتضح من خلال تحليل هذه الدراسات انها ركزت بشكل اساسي على دراسة مستويات و مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة ومنها دراسة **داوود 1995**التي هدفت الى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية و التحصيل الاكاديمي ، ودراسة **الياس وينغ وعبد الله** (2011) التي هدفت هي الاخرى الى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية و التحصيل الاكاديمي ودراسة **سلدو (2010) ، وعربيات والخرابشة (2007)** .

وفيما يخص التحصيل الدراسي فانه يتأثر بمستويات القلق فهذ ما اكدته دراسة **فاطمة الحازمي (1999)** ان القلق لها تأثيرات سلبية على مستوى النجاح والرسوب كما انها توصلت الى اهم المشكلات الدراسية التي تعاني منها الطالبات ذوات التحصيل المنخفض وهي على الترتيب التالي: المشكلات الدراسية ، المشكلات النفسية ، المشكلات الاجتماعية ، ثم المشكلات الصحية و الاسرية لتاتي المشكلات الاقتصادية في المرتبة الاخيرة .

كما وجدت ايضا ان هناك دراسات اكدت وبشكل قاطع ان هناك علاقة ارتباطية سلبية بين الضغوط النفسية والتحصيل الدراسي على ان هذه العلاقة ترجع الى متغيرات نفسية منها انفعالية والى عدة عوامل اخرى منها الضغوط الاسرية ، الاجتماعية ، الاقتصادية ، وهذا على حسب دراسة **السنيدي (2008).**

اذن من خلال هذا وجدنا ان هناك اجماع على اهمية الضغوط النفسية وكم لها من تأثيرات على كل من القلق والتحصيل الدراسي وان هناك ضغط نفسي عند الشريحة التي قصد الدراسة ، وان له مستويات مختلفة حسب الجنس والعمر و البيئة .

الجانب النظري

الفصل الثاني

الضغط النفسي

تمهيد

تعريف الضغط النفسي

أنواع الضغط النفسي

مصادر الضغط النفسي

قياس الضغط النفسي

النظريات المفسرة للضغط النفسي

الآثار المترتبة عن الضغط النفسي

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

خلاصة

تمهيد :

تعتبر الضغوط النفسية من المفاهيم التي لازمت الانسان منذ وجوده على الارض ، فقد اصبحت سمة من سمات العصر الحديث ، حيث يطلق عليها البعض القاتل الصامت ، واصبحت العديد من المؤسسات في الوقت الراهن على اختلاف انشطتها ، تعاني من ازدياد الضغوط النفسية وانتشاره بشكل واسع خاصة بين الطلبة ، ونظرا لأهمية هذا فقد تناولنا في هذا الفصل مفهوم الضغوط النفسية ، انواعها ، مصادرها ، النظريات المفسرة له ، و الاثار المترتبة عنه وكذا الاستراتيجيات المستخدمة للحد منه.

1- الضغوط النفسية

اصطلاحا :

عرفها **" عبد الباقي "** بانها عبارة عن ردود افعال الفرد ازاء المؤثرات المادية و المؤثرات النفسية و تكون ردود الفعل هذه متمثلة بالخوف، الارتجاف ، وزيادة ضغط الدم ، والارتباك وغياب الذاكرة وغيرها.

(فرج ، 2003،ص476) .

كما عرفها **" اسماعيل علي "** هي استجابة داخلية لما يدركه الفرد من مؤثرات داخلية او خارجية تسبب تغيرات في توازنه وهو نوعان الضغط النفسي الايجابي و الضغط السلبي .

(علي اسماعيل علي ، 1999).

ايضا عرفه**" ريتشارد لازاروس "** على انها علاقة خاصة بين الشخص و البيئة ، يقدرها الشخص بانها مرهقة له ،او انها تفوق امكانياته وتهدد سلامته .

(علي اسمعيل علي ، 1999) .

ويعرفه **" ماك جراث "** على انه عدم اتزان بين متطلبات الموقف وكفاءة الفرد على الاستجابة ، تحت ظروف يصبح فيها الخوف من مواجهة المتطلبات هي النتيجة المنطقية المدركة .

(ابراهيم ، 1994) .

2- انواع الضغوط النفسية :

2-1- صنفها " يوسف " الى ضغوط عامة وخاصة ، داخلية وخارجية :

- **الضغوط الداخلية :** تنتج من داخل الفرد مثل الحاجات و لمتغيرات الفيزيولوجية ، و الطموحات و الاهداف وغيرها .

- **الضغوط الخارجية :** تأتي من البيئة الخارجية وهي كثيرة منها : الضوضاء ، الظروف الطبيعية كالبراكين و الزلازل والاعاصير ، والملوثات وغيرها .

-**الضغوط العامة :** التي يتأثر بها عدد كبير من الناس كالأحداث المزلزلة .

- **الضغوط الخاصة :**التي تؤثر في فرد واحد او على عدد محدود من الافراد كحوادث الطرق ،منغصات الحيات اليومية . **(يوسف ، 2007 ،ص 21-22).**

2-2 وقدم لازاروس : تصنيفا لردود فعل الافراد على الضغط ، حيث قسمت الى اربعة فئات :

- **ردود الفعل الفيزيولوجية :**حيث تعد اكثر دلالة على وجود الضغط النفسي لدى لفرد وتشمل ردود افعال الجهاز الحركي ، الغدة النخامية التي تفرز الهرمونات المتنوعة عند مواجهة الضغط النفسي .

- **ردود الفعل السلوكية :** مثل ازدياد التوتر العقلي ، و الاضطرابات اللفظية ، وتغير تعابير الوجه .

- **تغيرات القدرات المعرفية :** وهنا لانقصد بالتغيرات ضعف القدرات المعرفية ، حيث اثبتت الدراسات ان الضغط النفسي قد يزيد هذه القدرات او ينقصها .

- **ردود الفعل الانفعالية :** مثل الشعور بالقلق و الذنب و الاكتئاب .

(العوالمة ،2006)

3- مصادر الضغوط النفسية :

تتمثل مصادر الضغوط النفسية فيما يلي :

3-1: المصادر الانفعالية :التي تتمثل في الاحباط القلق التوتر الاكتئاب الخوف

- الاحباط :هو حالة عدم اشباع الحاجات الناشئة لدى الفرد وشعوره بالفشل وخيبة الامل عندما يواجه عقبات او حواجز تحول بينه وبين تحقيق هدف ما ،يواجه الفرد نوعان من الاحباط ، النوع الاول قد يكون محتملا اي ان الفرد قادر على تحمله ومواجهته ، والثاني قد يكون حادا فيه تهديد للذات ، وكلا الحالتين تجعلان الطالب في حالة انفعالية اضطرابية وعدائية .

وهو عملية تتضمن ادراك الفرد العائق الذي يعوق اشباعه لحاجاته او توقع حدوث هذا العائق في المستقبل مع تعرض الفرد من جراء هذين النوعين له .وهو يحصل عندما يكون هناك عائق يحول دون الوصول الى هدف منشود .

- القلق : هو حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الانسان ويسبب له كثيرا من الضيق والالم والانزعاج ، والشخص القلق يتوقع دائما ، ويبدوا متشتتا ومتشائم ومتوتر الاعصاب ومضطربا ويفقد الثقة بنفسه و القدرة على التركيز ، والقلق الشديد الذي يظهلر على شكل الرعب .

(شيخاني ، 2003، ص 14) .

- التوتر: حالة من الاضطراب والشعور بعدم الارتياح والخوف من حوادث المستقبل والشعور بالضيق والهم والتفكير التشاؤمي في امور الحياة المختلفة وتوقع الشر من مشكلة او موقف معين والمتوترون نفسيا عادة ما يكون اقل ابداعا ومرونة وشعبية من غيرهم واكثر قابلية للإيحاء وللتأثر بالأخرين ومشاكلهم واكثر ترددا كما ان مفهوم الذات لديهم عادة ما يكون متدنيا وغالبا ما يكونون معتمدين على غيرهم ، وللتوتر النفسي جانبان جانب ايجابي يتمثل في مقاومة الفرد للتوتر والسيطرة عليه والاخر سلبي يتمثل في فشل الفرد في مواجهته .

(الشربيني ، 1994، ص114) .

- **الخوف :**عاطفة قوية غير محببة سببها ادراك خطر ما كما يعرف الخوف بانه انفعال وقتي ازاء خطر نوعي حقيقي او غير حقيقي يظهر كرد فعل مؤقت نتيجة تقدير الفرد لقوته تقدير اقل مما تحتاجه مقاومة الخطر وعدم استطاعة التصدي له

فالطالب في مرحلة الامتحانات وخاصة مرحلة البكالوريا تنتابه مخاوف شديدة من الامتحانات الخوف من عدم النجاح والفشل الخوف من اسئلة الامتحان التخوف من طرق التقييم الخوف من سلم التنقيط . **(الشربيني ، 1994،ص114).**

2-3 الضغوط الاسرية :

تمثل الاسرة المؤسسة الاجتماعية الاولى المسؤولة عن التنشئة الاجتماعية حيث تؤدي دورا اساسيا في سلوك الفرد لكن كثيرا ما تتعرض الاسرة الى مشاكل عديدة تعيقها عن اداء وظائفها بصورة جيدة فالمشكلات التي تعاني منها الاسرة تساهم بشكل كبير في نشاه الضغوط لدى الابناء خاصة المتمدرسين ونذكر منها :

3-2-1- اساليب المعاملة الوالدية :

يقصد به كل سلوك مادي او لفظي يصدر من احد الوالدين او كليهما اتجاه ابناء هما في مختلف المواقف التي تحدث خلال الحياة قصد اكتسابهم مجموعة من انماط السلوك او القيم او المعايير او احداث تعديل فيها او تغيير وهذا السلوك الصادر من الوالدين له انعكاس على الابناء بالسلب او الايجاب ومن الاساليب التي قد تؤثر على الطفل المتمدرس وتشكل عليه ضغطا نفسيا ما يلي :

أ- اسلوب الرفض :

يرفض الكثير من الاولياء اطفالهم الامر الذي يخلق احساسا بعدم التقبل ويجعلهم يشعرون بالتوتر ويعبر لأولياء الذين ينبذون اولادهم عن كراهيتهم لهم بصورة متعددة كالإهمال والتهديد فيمنون وهم محمولون بالهم والكأبة وادراك الطفل للنبذ يشعره بعدم الامن وعدم القدرة على المواجهة

ب- اسلوب العقاب :

ان القسوة والتربية الصارمة تؤدي الى توليد الكراهية وتجعل الطفل يقف موقفا عدائيا وتميت في نفسه الثقة بالنفس تجعله يشعر دائما بالضيق و التوتر

فالأساليب الخاطئة التي يتبعها الوالدين في تنشأة اولادهم عاملا من عوامل الضغط و المتمثلة في التسلط الحماية الزائدة الاهمال التدليل اثارة الالم النفسي القسوة التذبذب في المعاملة التفرقة بين الابناء

وبما ان النجاح هو هدف الوالدين وغايتهم ولتحقيق هذا الهدف فقد يصل بهم الامر الى العقاب البدني او النفسي اذا لم يحصل ابنهم على درجات عالية في الامتحانات وتزداد املاءاتهم واوامرهم ونواهيهم على ضرورة العمل و الاجتهاد من اجل النجاح وتحقيق التخصص الدراسي الذي يرغبون ان يلتحقا به فيعكس ذلك سلبا على اداء التلميذ في دراسته

ج- الكمال الزائد :

والمقصود به هو الانجاز المتفوق ان الكثير من الاباء يطلبون من اولادهم انجاز اعلى من قدراتهم وبالتلى يصابون بالإحباط ومن ثم يشعرون بانهم غير مناسبين وغير قادرين على تلبية توقعات والديهم وبالتالي يستسلمون ويؤجلون اعمالهم او لا يحاولون الانجاز لانهم يقارنون انفسهم على نحو سلبي وذلك بسبب وجود الفارق الكبير بين قدراتهم وبين ما هو مطلوب منهم

د- النقد وعدم الاستحسان :

ان النمط الابوي الناقد للطفل يؤدي الى تكوين مفهوم سلبي عن ذاته بانه طفل فاشل وغالبا ما يتصرف بناءا على هذا المفهوم وهو احيانا يبرهن لأبيه بان التسمية السيئة كانت في مكانها

(بنت اسعد ، 2002،ص26) .

ه- الضغوط الاجتماعية :

تتمثل في البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد مثل التفاوت الحضاري والثقافي كثرة ابناء الجيران الاقران المتنافسة صراع الاجيال اختلاف الميول و الاتجاهات صراع القيم قلة نصيب الفرد في الرفاهية الاجتماعية و الوسائل التكنولوجية وضغوط الاحداث الشاقة في الحيات كما ان بعض الحوادث يمكن ان تكون مصدرا للضغوط حيث تؤدي الى تغيير الحياة وتتطلب اعادة التوافق الثابت.

3-3 الضغوط المدرسية :

1-3 البيئة المدرسية :

تعتبر المدرسة البيئة الثانية بعد الاسرة التي يلتحق بها الطفل وتتكفل برعايته وفق ضوابط ومعايير المجتمع فتعمل على تلقينه المعارف واكتسابه المهارات وتدريبه على انواع مختلفة من السلوك وتنشء فيه اتجاهات وقيم جديدة وتؤهله للتكيف مع البيئة الاجتماعية وازداد دور واهمية المدرسة في عصرنا الحالي لما لها من دور حيوي في تكوين الشخصية في حياته المدرسية وفي حياته العامة

فالاستعداد للحياة يتضمن تنشئة سليمة بما يتوافق مع قدراته ورغباته وحاجاته المعرفية والدراسية و المهنية و الاجتماعية والشخصية وبما يضمن له المشاركة الفعالة في الحيات الاجتماعية ولا يأتي ذلك الا من تفاعل التلميذ مع زملائه وادارة المدرسة و الاشياء الاخرى

يعيش تلميذ السنة الثالثة ثانوي في بيئة مدرسية تعج بكثير من الخصوصيات التي لا نجدها في السنوات السابقة فهو مقبل على امتحان مصيري في نهاية السنة الدراسية وهذا الحدث ينعكس على حياة التلميذ في المدرسة والبيت ان هذه الوضعية تجعل التلميذ يعيش جوا مشحونا بضغط نفسي ويزداد الامر خطورة اذا علمنا ان التربية الحالية وطرق التدريس تقليدية تعتمد على التلقين مع ضبط التلميذ بقوانين مدرسية تقيده فهناك عدة اسباب تسهم في ظهور الضغط النفسي عند التلاميذ ككبت مشاعرهم بسبب الرقابة المفروضة عليهم من المدرس والادارة طول اليوم الدراسي و كذا العقوبات المسلطة عليهم بسبب ارتكابهم لمخالفات النظام الداخلي ، فالبيئة المدرسية التي تتسم بالضبط الشديد تزداد فيها الضغوط النفسية والتي تترك اثرا على تحصيل التلميذ في الامتحانات وخاصة الامتحان النهائي .

(كلير ، 2014،ص71) .

2-3 المدرس :

يتفاعل المدرس مع تلاميذه يوميا ، فيؤثر فيهم بما يملك من صفات شخصية ومعرفية وسلوكية وقيادية ، فاذا كان يتصف بالسماحة والانسانية والمحبة والعلم والكفاءة

والحرية والديمقراطية والعدل والاحترام ، فنجد الجو الذي يسود حجرة الدراسة يتسم بجو من الالفة والتعاون والانتماء ، اما اذا كان المدرس يستعمل اسلوب القسوة والحزم والتشدد والتسلط في اراءه وافكاره ويثبط امال وتطلعات وهمم التلاميذ ، فانه يؤدي الى شعور التلميذ بضغط انفعالي قوي ازاء حضور دروس هذا المدرس بالذات ، وقد يبالغ المدرس في تسلطه على التلاميذ فيهمل مواهبهم ، ويضغط على حريتهم ، ويعاقبهم ويكثر من اوامره ونواهيه واملاءاته ، ومن الحكمة ان لا تقيد ارادة المتعلم بكثرة النواهي فيشعر التلاميذ بضغط نفسي .

(عطية الابراشي ، 1993،ص349).

3-3 المناهج والبرامج :

ان المناهج الدراسية تكتسي اهمية كبرى ، فهي نظريا عبارة عن مخططات دقيقة وكاملة لمسارات دراسية محددة ومن ثم فهي الاطار النظري الذي يعتمد عليه المعلم ، فان تأثر الناشئ (التلميذ) بنوعية هذا المنهاج امر حتمي اما سلبا او ايجابا . فطبيعة المنهج الدراسي يسهم بمساهمة فعالة في تكوين شخصية المتعلم من جميع الزوايا الحسية ، الحركية ، المعرفية ، ويرى كل من ابوهرجة مكارم حلمي ، وسعد زغلول محمد : ان المناهج الدراسية تعد الوسيلة التي يمكن بواسطتها تحقيق ما يرجوه النظام التعليمي في اي مرحلة من مراحله ، من اهدافه سوآءا كانت تعليمية وتربوية . كثير من الطلبة يعانون من مشكلة كثافة البرامج و الدروس مما يثير في نفوسهم الخوف والتوتر خلال فترة الامتحانات ، الشيء الذي ينعكس سلبا على ادائهم الدراسي ، ورغم الاصلاحات التي قامت بها الدولة في مجال التربية والتعليم فهي لم تغير من واقع كثافة المقررات الدراسية .

من اهم المشاكل التي ترتبط بالمناهج والبرامج نذكر ما يلي :

- عدم توفر الوسائل التعليمية الحديثة
- طغيان الجانب النظري واهمال الجانب التطبيقي
- كثافة المقررات الدراسية وعدم مسايرتها للفترة الزمنية المقررة

- عدم ارتباط المنهاج الدراسي بالبيئة المحيطة بالتلميذ خاصة اذا اخذنا بعين الاعتبار بان اهم المبادئ التي تقوم عليها طريقة التدريس بالكفاءات ووضع المتعلم على اتصال مباشر بالواقع الذي يعيشه ويتعامل معه .

(بوكبيشة ، 2013،ص22) .

4-3 الاستذكار (المراجعة):

تعتبر الوسيلة الاساسية عند طلاب البكالوريا من خلالها يقيس مدى استعدادهم ويشرعون في المذاكرة من بداية السنة وبداية اول درس حتى نهايتها . وازاء ذلك يشعرون بالملل والضيق منها ويقعون عرضة للضغط النفسي ، فبعض التلاميذ يجهدون نفسهم بدنيا ونفسيا في الاستذكار ولا يأخذون قسطا من الراحة فيصابون بالتعب والتوتر والصداع .

5-3 الامتحانات :

تعتبر الامتحانات خاصة في الطور الاخير من التعليم الثانوي من الهموم الثقيلة التي تشغل بال كثير من افراد المجتمع خاصة الطلاب انفسهم واولياءهم في نهاية كل عام ، خوفا من الرسوب اولا ثم خوفا من عدم الحصول على الدرجات المرغوب فيها ، والخوف الاكبر من ضياع الجهد الذي بذل خلال سنة دراسية كاملة والذي قد يجعله يفصل ويطرد من المدرسة ، اما من الناحية النفسية فالأمر يتعلق بضغط عابر للقدرة على التركيز والقلق الناتج عن الخوف من الفشل وضعف التماسك ونقص الرزانة وقلة الثقة بالنفس .

(سناء محمد سليمان ، 1989) .

4- النظريات المفسرة للضغط النفسي :

تعددت النظريات التي تناولت موضوع الضغط النفسي وتفسيره ، ومن بينها نذكر : النظرية الادراكية **(سبيلبورجور)**، ونظرية **(موراي)** ، نظرية التقييم المعرفي **(لازاروس)** ، ونظرية العجز المكتسب **(سيجلمان)**.

4-1- النظرية الادراكية :

تناول **(سبيلبورجور)** مفهوم الضغط بشكل غير مباشر اثناء تحليلاته النظرية في اضطراب القلق ، فقد اقام نظريته في القلق على اساس التمييز بين نوعين من القلق هما : القلق كسمة ، والقلق كحالة .

(الرشيدي ، 1999،ص65) .

فسمة القلق استعداد طبيعي او سمة من سمات الشخصية ويعتمد بصورة اساسية على الخبرة الماضية ، بينما سمة القلق الموقفية وتعتمد بصورة اساسية ومباشرة على الظروف الضاغطة .

وعليه ، يعتبر **" سبيلبورجر "** ان الضغط الناتج عن موقف ضاغط معين مسبب لقلق الحالة ، لذلك يهتم في الاطار المرجعي لنظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة وفق ادراك الفرد بانها كذلك .

ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ، ويحدد العلاقة بينهما وبين ميكانيزمات الدفاع التي تجنب تلك الضغوط .

وقد **حدد " سبيلبورجر "** مفهوم الضغط من خلال ثلاثة ابعاد :

1- مصدر الضغط : ويبدا بمثير يحمل تهديدا او خطرا ما نفسيا او اجتماعيا .

2- ادرك الفرد للمثير او التهديد .

3- رد الفعل المناسب المرتبط بالتهديد : فترتبط شدة رد الفعل على شدة المثير ومدى ادراك الفرد له .

(العمري ، 2012،ص22) .

4-2- نظرية(MURRAY):

يعرف الضغط النفسي بانه صفة لموضوع بيئي او لشخص تسهل او تعوق جهود الفرد للوصول الى هدف معين .

(عثمان ، 2001) .

وقد ركز **" موراي "** اهتمامه بفهم الديناميات التي تحدث في داخل الكائن البشري من اجل احداث عملية التوازن ، ومما توصل اليه ، انه يصعب دراسة الضغوط منفصلة عن الحاجات حيث ترتبط الضغوط بالأشخاص او الموضوعات التي لها دلالات مباشرة ، تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجاته .

وعلى هذا الاساس ، يميز **" موراي "** بين نمطين من الضغوط ، هما :

- ضغط (بيتا) وهي دلالات الموضوعات البيئية كما يدركها الافراد .

- ضغط (الفا) وهي خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع ، او كما يظهرها البحث الموضوعي .ويوضح " موراي " ان سلوك الفرد يرتبط غالبا بضغوط (بيتا) ، ومن المهم رغم ذلك اكتشاف المواقف التي تتسع فيها الشقة بين ضغوط (بيتا) التي يستجيب لها الفرد ، وبين ضغط (الفا) الموجودة بالفعل .

(الرشيدي ، 1999،ص65) .

3-4- نظرية " لازاروس " :

نشأت هذه النظرية نتيجة الاهتمام الكبير بالدراك و العلاج الحسي الادراكي ، واكد **" لازاروس "** وزملائه على الادراك والتقييم المعرفي في الاستجابة للضغوط .

بمعنى ان الفرد لا يستشعر الضغط الا اذا ادرك الموقف على انه يمثل تهديدا له . نتيجة شعوره بالنقص وعدم القدرة على الوفاء بالمتطلبات البيئية التي يرى انها تفوق امكاناته .

وبناءا عليه **ركز " لازاروس "** على عملية التقييم المعرفي من جانب الفرد ، ومن ثم الحكم على الموقف وتصنيفه ، لذلك يختلف الافراد في تقييمهم للموقف من حيث الضغط ، فالموقف الذي يكون مصدر ازعاج لشخص قد لا يكون كذلك لشخص اخر .

وقد حدد **" لازاروس "** نوعين من التقييم هما :

- التقييم الاولي : ويتعلق بتقييم العالم الخارجي وان بعض الاحداث او المواقف هي بحد ذاتها مسببة للضغط .

- التقييم الثانوي : وفيه يحدد الطرق التي تصلح للتغلب او الاحداث على عوامل عديدة ، وهي :

1- العوامل الشخصية : هي عديدة ، **ابرزها " لازاروس "** في : القدرة على حل المشكلات ، اعتقادات الضبط ، المهات الاجتماعية ، وتقديرات الذات .

2- عوامل البيئة الخارجية : مثل التحديات و المتطلبات الاجتماعية او الدراسية او المهنية او غيرها .

3- العوامل المرتبطة بالموقف : هو ذلك الحدث الذي يمر به الفرد وعليه ، فانه عند محاولة فهم الضغوط وتقييم حجمها واثارها ومصادرها واساليب التعامل معها يجب ان لا يتم تجاهل العوامل الوسيطية التي قد ترتبط بالفرد في جوانبه المختلفة ومعطيات البيئة بتنوعها واختلافها ، هذا من جانب ، ومن جانب اخر العلاقة والتفاعل الذي يحدث بين الفرد والبيئة التي يبرز فيها الدور الفعال للجانب المعرفي في نشاه الضغوط بحد ذاتها واساليب مواجهتها . **(العمري ، 2012،ص23).**

4-4- نظرية العجز المكتسب "سيجلمان " :

ترى نظرية العجز المكتسب ان ردود الفعل التي تصدر عن الفرد هي ردود متعلمة يتعلمها الفرد من خبراته السابقة ، وعندما تفشل جهود الفرد في السيطرة على حدث معين بشكل متكرر ، فانه يتوقف عن الكفاح بسبب عجز ، وبالتالي فان موقفا جديدا يولد لديه نفس رد الفعل ، وهو العجز وعدم القدرة على ضبط احداثه او التنبؤ بها .

حدد " سيجلمان " ثلاثة ابعاد من القصور تميز العجز المكتسب وتمكن من التفسير المعرفي الذي يساعد في فهم درجة عمق وتناقض وطول مدة الشعور بالعجز ، مما يساعد على التنبؤ بإمكانية حدوثه وهذه الأحداث هي :

1- يكون دافعيا : اي ان الفرد لا يحاول اتخاذ اي اجراءات او القيام باي مجهود لتغيير نتيجة الضغط .

2- يكون معرفيا : اي ان الفرد يفشل تماما في تعلم استجابات وردود افعال جديدة تساعده على تجنب اثار الضغط .

3- يكون انفعاليا : حيث يؤدي الى حالة من الانسحاب و الانعزال و الاكتئاب والمخاوف والقلق ، وادراك العالم الخارجي كمصدر للتهديد .

(العمري ، 2012،ص24).

وبهذا ، فالضغط النفسي حسب هذه النظرية هو نتاج الشعور بالعجز المتعلم ، عندما تتجاوز مطالب البيئة امكانيات الفرد ، ويشعر انه عاجز وقليل الحيلة .

وعلى هذا الضوء يتضح ان تلاميذ المدارس وطلبة الجامعات ليسوا بمنا عن الضغوط النفسية ، فهم عرضة للكثير من المواقف والصراعات الداخلية والخارجية والتغيرات النمائية التي تفرض عليهم العديد من المطالب التي تستدعي اشباعا واهدافا تنتظر تحقيقا تصل لحد شعورهم بالعجز عن تحملها ومواجهتها .

وفي هذا الاطار ، تشير بعض الدراسات الى ان بيئات مثل البيئة المدرسية تتضمن مصادر ضاغطة اكثر من غيرها .

(العمر ، الدغيم ، 2007) .

وما تجدر الاشارة اليه في هذا السياق ، انه بالرجوع الى الكثير من الكتابات و الدراسات العلمية الاجنبية منها والعربية ، نجدها زاخرة بموضوعات مثل الضغوط المهنية في بيئات عمل مختلفة ، على اعتبار تأثير العلاقة بين الفرد وبيئة عمله على ظهور الضغوط النفسية لديهم وانعكاسات ذلك على مختلف الجوانب .

(هارون ، 1999، ص 65) .

5- الاثار المترتبة عن الضغوط النفسية :

1- الاثار الانفعالية : تتمثل في الاعراض التالية :

- سرعة الاستشارة والخوف والغضب .

- القلق والاحباط والياس .

- الشعور بالعجز وفقدان الاستقرار النفسي .

- عدم القدرة على التحكم في الانفعالات والسلوك .

- توهم المرض والاحساس بالألم .

- فقدان الثقة بالنفس .

- النظرة المتشائمة (السوداوية) للحيات .

- الرغبة في الانعزال ، العصبية الشديدة ، الشعور بالضيق .

- صعوبة النوم .

2- الاثار الفيزيولوجية :

ان الضغط الذي يتعرض له الفرد تحدث تغيرات في وظائف الاعضاء وافرازات الغدد والجهاز العصبي ، تتمثل في :

- ارتفاع ضغط الدم .

- اضطراب الغدد : من امثلتها زيادة افراز الغدد الدرقية ، مرض السكري ، التعرق المفرط .

- اضطرابات التنفس .

- الاضطرابات القلبية .

- الاضطرابات المعدية المعوية : القرحة المعدية ، التهاب القولون ، الغثيان ، الامساك ، الاسهال .

3- الاثار المعرفية :

تؤثر الضغوط النفسية على البناء المعرفي للفرد وبالتالي تصبح العديد من الوظائف العقلية غير فعالة ، وتظهر هذه الاثار في الاعراض التالية :

- نقص الانتباه وصعوبة التركيز وضعف الملاحظة .

- تدهور الذاكرة حيث تقل قدرة الفرد على الاستدعاء والتعرف .

-عدم القدرة على اتخاذ قرارات ونسيان الاشياء .

- فقدان القدرة على التقييم المعرفي الصحيح للموقف .

- ضعف قدرة الفرد على حل المشكلات وصعوبة معالجة المعلومات .

- التغيرات الذاتية السلبية التي يتبناها الفرد عن ذاته وعن الاخرين .

- اضطراب التفكير حيث يتغلب عليه التفكير النمطي الجامد بدل التفكير الابتكاري.

(عبد المنعم ، 2006، ص128) .

4- الاثار السلوكية :

- انخفاض الاداء والقيام باستجابات سلوكية غير مرغوب فيها .

- انخفاض انتاجية الفرد .

- اضطرابات النوم واهمال المظهر و الصحة .

5- الاثار المدرسية :

يترك الضغط المدرسي اثار عديدة على مستوى الاداء المدرسي نذكر فيما يلي :

- سوء التكيف المدرسي.

- التسرب المدرسي : انقطاع المتعلم عن الدراسية دون عودة اليها مسببا خسارة على نفسه وعلى اسرته .

- الغياب المتكرر والتأخر عن المدرسة .

- الغش في الاختبارات و الذي يتمثل في حصول التلميذ على الاجابة من قرين او مصدر اخر . **(عبد المنعم ، 2006، ًص 128) .**

6- استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية :

تعتمد هذه الاستراتيجيات مجموعة من الاجراءات ذات العلاقة بالفرد وهي :

1- زيادة مهارة الفرد العلمية :

ويقصد بزيادة مهارات الفرد العلمية الرفع من كفاءة الفرد في اداء العمل وتنفيذه ذلك ان القصور أيا كان في اداء العمل او جزء من العمل قد يكون في اثارة الضغط عند الفرد .

ان الوقوف على جوانب القصور عند الفرد ومحاولة تلاقيها من خلال اكسابه المهارات الازمة سيقلل من الضغط النفسي فمثلا يمكن تدريب الفرد على استخدام الحاسب الالي الاستخدام الفعال والجيد لمن تتطلب وظيفته العمل على الحاسب الالي كمطلب اساسي.

ومن المهارات الممكن اكسابها للفرد من اجل التقليل من مستوى الضغط عنده مهارة التخطيط المسبق لإنجاز العمل فمن خلال هذه المهارة يمكن تقسيم العمل الى مراحل كما يمكن توزيع العمل حسب التخصصات وحسب الافراد ذوي العلاقة .

الا ان التخطيط قد يكون عملية يقوم بها الفرد لوحده ، ويتم من خلالها تجزئة المهمات الموكلة له ورسم خطة واضحة ومحددة تتضح فيها الخطوات و الاجراءات الازم القيام بها من اجل انجاز المهمة والعمل .

تحديد الاهداف و الاولويات تعتبر احد المهارات ذات العلاقة بالضغط الذي يعاني منه. ان عملية تحديد الاهداف ترسم للفرد طريقا واضحا يسير عليه ويسعى من خلاله لتحقيق الغايات المرسومة ، لكن بغياب الاهداف والغايات سيكون البديل التخطيط والسير من غير هدى ومن ثم المعاناة والتعرض للضغط .

(علي عسكر ، 2003،ص 37) .

2- زيادة مهارات التفاعل الوجداني :

الواقع الوجداني للفرد من الممكن ان يشكل منطلقا لاستراتيجية يتم من خلالها مواجهة الضغط واحتوائه ويمكن ان تكون ركائز هذه الاستراتيجية التغذية الراجعة التي ترفع من معنويات الفرد وتزيده من صلابته النفسية في مواجهة الظروف والتحديات او مثيرات الضغط ، كما ان من الركائز التدريب على الاسترخاء و الطمأنينة في مواجهة الظروف الضاغطة مفهوم الذات من الممكن ان يكون احد العناصر الواجب استهدافها للتغيير عند زيادة مهارات التفاعل الوجداني عند الفرد . ذلك ان الصورة التي يحملها الفرد حول ذاته تؤثر في الكيفية التي يتفاعل من خلالها مع الظروف بالإضافة الى انها تسهم في تحديد نوعية ردود الفعل الصادر من الفرد نحو المثيرات ، ان تصور الفرد انه قادر على التحكم فيما حوله من المتغيرات و المثيرات يسهم في رفع مستوى الضغط ، كما ان تصور الفرد عدم قدرته وعجزه يسهم في رفع مستوى الضغط ، ان تغير اتجاهات الفرد لتكون ايجابية دلا من السلبية سيمكن الفرد من التحمل .

ان نموذج التفاعل الوجداني يقتضي من الفرد الاندماج مع الموقف ومع عناصره وعدم النفور منه او الانعزال جانبا ، كما ان الاندماج يقتضي ان يقف الانسان مع نفسه في حالة مراجعة ومحاسبة ويكون من شانها الوقوف على نقاط الضعف ونقاط القوة ، لذا نجد الاسلام يؤكد حتى في احلك الظروف واصعبها على ضرورة الصبر والتحمل .

(عبد الرحمان ، 1994، ص 105-104).

3- زيادة الدعم الاجتماعي:

لا شك ان وجود الفرد في مهب الريح لوحده سيفقده الثقة بنفسه ومن ثم سيشعر بالضيق وستكون النتيجة في نهاية المطاف ارتفاع مستوى الضغط عنده ، وللحيلولة دون ارتفاع مستوى الضغط او لتخفيضه عند حدوثه فلا بد من استثمار العلاقات الاجتماعية كمصدر من مصادر القوة الذاتية ويمكن ان يتم ذلك من خلال زيادة وقوة علاقات الفرد بزملاء العمل و الانفتاح عليهم واخذ مشورتهم و الاسرار لمن يطمئن اليه منهم بما يجيش في نفس الفرد من مشاعر واحاسيس وذلك من اجل الحصول على مساندتهم ومشاركتهم العاطفية ففي ذلك من التسلية الكثير ، وقد تنبه المهتمون بالضغط النفسي لهذا الامر واخذوا ينطلقون منه في رسم الاستراتيجيات لمواجهة الضغط وذلك من خلال زيادة وتقوية الدعم الاجتماعي بين الموظفين ، زيادة مشاركة وفعالية الفرد في ادارة المنظمة التي يعمل بها واعطاء فرصة المشاركة في اتخاذ القرار .

الدعم الاجتماعي لا يمكن حصره في دائرة العمل وزملاء العمل ، بل لابد من استشارة مصادر اخرى خارج بيئة العمل مثل : الاسرة و الاصدقاء و الجيران ، ولقد تبين من دراسات عدة ان الدعم الاسري يلعب دورا بالغا في تخفيض مستوى الضغط وذلك لما يقدمه افراد الاسرة من مساندة .

(عبد الرحمان ، 1994، ص 107-106).

4- تعديل السلوك:

الفرد الذي يتعرض للضغط يمكن ان يتعامل ويواجه الضغط من خلال تعديل سلوكه ليتناسب مع ظروف الموقف الذي يمر به من اجل تلافي ما يثير الضغط لديه في الموقف ، وذلك ان تعديل سلوك الفرد وتكيفه ليتناسب الظرف قد يكون اسهل او ايسر من اكتساب المهارات في بعض الاحيان . كما انه قد يكون اسهل من التحكم في ظروف العمل ، ان معرفة الفرد للفرق بين سلوكه الواقعي والسلوك الواجب القيام به سيجعله في موقف افضل يمكنه في النهاية من اسراع الخطى والحاق بالمستوى المطلوب وذلك لا يأتي الا من خلال التعديل في السلوك وتحريره ليتناسب مع الظروف القائمة وكذا المستجدة ان التغيرات التي تطرا على بيئة العمل تحتاج الى مرونة من قبل الفرد وقبولها حتى لو كانت لا تتوافق مع اهوائه او رغباته والا تحولت هذه التغيرات الى مثيرات للضغط ان هو تصلب في موقفه ووقف منها موقف الرافض والمعاند .

(عبد الرحمان ، 1994، ص 107-106).

خلاصة الفصل :

ان الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد تختلف وتتنوع مصادرها وبالتالي يصعب على الانسان تجنبها لكونها محصلة لتفاعل عدة مثيرات ومنبهات ، فالضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد ليست دائما ذات اثار سلبية ، فهناك ضغوط ايجابية التي تزيد من حماس ودافعية الفرد نحو العمل على عكس الضغوط السلبية التي تؤدي الى نتائج سلبية على الفرد ، فمن غير الممكن القضاء نهائيا على الضغوط النفسية ولكن يمكن التحكم فيها وتقليلها من خلال وضع استراتيجيات لمواجهتها .

الفصل الثالث

التحصيل الدراسي

تمهيد

تعريف التحصيل الدراسي

أنواع التحصيل الدراسي

العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي

النظريات المفسرة للتحصيل الدراسي

شروط التحصيل الدراسي

اهداف التحصيل الدراسي

اهمية التحصيل الدراسي ر

خلاصة

تمهيد :

يعد التحصيل الدراسي المدخل الرئيسي الذي يمكن من خلاله التعرف على مشكلات رسوب او اخفاق بعض التلاميذ في المدارس ، و الذين لا يستطيعوا ان يكونوا مثل اقرانهم من التلاميذ الاخرين في قدرة التعلم و اكتساب المعلومات المختلفة ، مما يؤدي الى كثرة شكاوي المدرسين و الادارة المدرسية و الاولياء من هؤلاء التلاميذ بحيث يرى البعض انه لا فائدة من تعليمهم ، و السبب في ذلك يعود الى كونهم غير مدركين للأسباب الحقيقية لهذا الاخفاق او الانخفاض في درجات هؤلاء التلاميذ ، وبالتالي انخفاض تحصيلهم الدراسي المتواصل و المستمر ،و النتيجة النهائية هي الرسوب و البقاء في الفصول نفسها لعدة سنين دون وجود معالجات قطعية و حقيقية للمشكلة و اسبابها ،من هنا جاء اهتمام الباحثين التربويين و الاجتماعيين لدراسته دراسة شاملة من جميع الجوانب للوقوف على حقيقته .

1- تعريف التحصيل الدراسي :

1-1 – لغة

جاء في معجم الرائد حصل يحصل و محصولا بمعنى حدث ووقع وبقي و ذهب ما سواه ووجب و نال، حصل يحصل حصلا ، ناله ، حصل تحصيلا ، الشيء او العلم حصل عليه و ناله. **(مسعود جبران ,1992,ص198)**

كما يعرف التحصيل الدراسي بانه كل ما يكتسبه التلاميذ من معارف و مهارات و اتجاهات و ميول و قيم و اساليب تفكير و قدرات على حل المشكلات نتيجة لدراسة ما هو مقرر عليهم في الكتب المدرسية و يمكن قياسه بالاختبارات التي يعدها المعلمون .

(حسن شحاتة ,زينب النجار ,2003,ص89)

و يعرف كذلك بانه مجموع المعلومات و المعطيات الدراسية و المهارات و الكفاءات التي يكتسبها التلميذ من خلال عملية التعلم و ما يحصله من مكتسبات علمية عن طريق التجارب و الخبرات ضمن اطار المنهج التربوي المعمول به.

(جرس ميشال جرس ,2005,ص149)

1-2 –اصطلاحا

ا- يعرفه هاوز بانه الاداء الناجح او المتميز في مواضيع او ميادين او دراسات خاصة و الناتج عادة عن المهارة و العمل الجاد المصحوب بالاهتمام .

(مايسة احمد النيال,2002,ص104)

ب- و يعرفه الاديب الخالدي بانه نشاط عقلي معرفي للتلميذ يستدل عليه من مجموع الدرجات التي يحصل عليها في ادائه لمتطلبات الدراسة

(لمعان مصطفى الجلالي,2011,ص25)

ج- ويعرفه محمد زيان عبدان,2001،التحصيل الأكاديمي هو تحصيل ادراكي نظري في معظمه يرتكز على المعارف و الخبرات التي تجسدها المواد المنهجية المختلفة في التربية المدرسية كالاجتماعيات و العلوم الطبيعية و غيرها .

(محمد زيان عبدان , 2001,ص 62)

د- و يعرفه "صلاح الدين علام" كما أشارت إليه الباحثة" مايسا احمد النيال " على انه مدى استيعاب التلاميذ لما تعلموه من خبرات معينة في مادة دراسية مقررة و تقاس بالدرجات التي يحصل عليها التلاميذ في مرحلة دراسية.

(مايسا احمد النيال ,2007,ص104)

ومن خلال التعاريف السابقة نستنتج بان التحصيل الدراسي هو كل ما يكتسبه التلميذ من معارف و مهارات و اتجاهات و ميول و قيم و اساليب تفكير و قدرات على حل المشكلات نتيجة لدراسة ما هو مقرر عليهم في الكتب المدرسية و يمكن قياسه بالاختبارات التي يعدها المعلمون .

2- انواع التحصيل الدراسي :

يمكن تمييز نوعين من التحصيل الدراسي التحصيل الدراسي الجيد و الذي يوافقه النجاح الدراسي و التحصيل الدراسي الضعيف و الذي يعرف بالتأخير الدراسي .

2-1- التحصيل الدراسي الجيد يقصد به بلغ المتعلمين مستوى عال من التحصيل الدراسي و الذي يعتبر الركيزة الاساسية التي تسعى المدرسة للوصول اليها و تعمل من اجلها بتوفير اكبر قدر ممكن من المدخلات لأنها تعكس واقع المدرسة و دور النظام التربوي في تجسد العملية التربوية في المحيط المدرسي .

2-2-التحصيل الدراسي الضعيف : هو حالة من حالات عدم التكيف المدرسي و بمفهوم ادق هو عدم القدرة على استيعاب المعلومات التي تقدم للمتعلمين و ذلك لا سباب ذاتية و بيداغوجية و اجتماعية و اقتصادية اثرت على قدرات المتعلمين و جعلتهم غير

قادرين على استيعاب البرامج التعليمية المقدمة لهم , مما يضطر لإعادة السنة او الانقطاع النهائي عن الدراسة **(رشيد اورسلان,2000,ص65)**

للإشارة فان التحصيل الدراسي المتوسط يدخل ضمن التحصيل الدراسي الجيد بالأخرى ينتج عنه نجاح دراسي يمكن التلميذ من الانتقال من السنة الموالية مع المتعلمين دون التحصيل الجيد **(مصطفى منصوري ,2005,ص15)**

3- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

3**-1- العوامل الشخصية** و نقصد بها العوامل الذاتية المتعلقة بشخص التلميذ كقدراته العقلية و صحته الجسمية و حالته الانفعالية و النفسية .

أ- العوامل الجسمية:

فمن العوامل التي ترجع الى الطفل نفسه ضعف الصحة و سوء التغذية و العاهات الخلقية و هي عوامل تحد من قدرة الطفل على بذل الجهد و مسايرة زملائه في الفصل , لكن يبدوا ان اكثر العوامل انتشارا في مدارسنا يتمثل فيما يلي:

(محمد مصطفى زيدان 1983,ص 188)

1- ضعف حاستي السمع و البصر و الذي يجعل التلميذ قاصرا على الاستفادة بصفة طبيعية من التعلم خاصة في القراءة و المحادثة و اللغة .

2- عيوب النطق التي يسهل ملاحظتها على التلميذ وتؤدي في حالاتها القصوى الى عجز التلميذ تماما عن التحصيل و تؤدي به الى سوء التوافق مع نفسه و الآخرين .

3- العاهات الخلقية و الاعاقة حيث ان الفرد المعاق يكون كثير الخجل و الحياء و بالتالي سوف يضطر الى ترك مقاعد الدراسة لأنه يحس بالنقص دائما , و هناك المعوقات أو الحالات التي تعيق التلميذ في في متابعته للدروس في القسم و استيعابها من خلال شرح الاستاذ. **(نعيم الرفاعي ,1972,ص451).**

و من هنا نستنتج ان الجانب الصحي المتدهور للطفل يكون عائقا مباشرا في المواظبة على الدراسة عكس التلميذ الذي يتمتع بصحة جيدة حيث يكون مستواه المطلوب احسن بكثير من التلميذ المريض جسديا.

ب- العوامل العقلية :

تتمثل هذه العوامل في القدرة المعرفية و الذكاء و و استعدادات الطفل العقلية الخاصة و كذا حالته المزاجية و طرق تفكيره , و بالرغم من اختلاف الباحثون في علم النفس في تحديد مفهوم العقل و ماهيته و مكوناته ,فقد تعددت النظريات التي تفسر العقل و مكوناته ,و قد قامت النظريات على اساس قياس القدرات العقلية بما يسمى بالاختبارات الذكاء التي تعددت و تنوعت بالاختلاف النظرية التي اشتق منها مفهوم الذكاء.

(محمود عبد الحليم منسي,ص451)

فكل هذه العوامل تؤدي بالطفل الى اهماله لدروسه و عدم قدرته على مسايرة زملائه و هذا يتسبب في تأخره الدراسي نتيجة عدم الاستيعاب و قلة الفهم , و يعتبر نقص الذكاء من اقوى العوامل التي تؤثر في التحصيل الدراسي , وهو تلك" القدرة العقلية الفطرية العامة او هو العامل المشترك الذي يتدخل في جميع العمليات العقلية التي يقوم بها الانسان " فالفروق واضحة بين الطلبة من ناحية الذكاء , حيث يستدل على ذكاء التلاميذ بقدراتهم التحصيلية فبالرغم من أن جميع التلاميذ يتلقون نفس الخبرات التعليمية و يدرسون نفس الكتب المدرسية و يتعلمون على يد نفس المدرسين , نجد درجاتهم تختلف في الامتحانات المدرسية ,و هنا نتذكر من يعرف الذكاء ب "الذكاء بمعناه العلمي عبارة عن تكون فرضي ,اي ان الذكاء مثله كمثل الكهرباء أو المغناطيسية فهذه تكوينات فرضية , أي أننا لا نلاحظها مباشرة و انما نستدل بوجودها بآثارها و نتائجها "

هذه الفروق لدى الطلبة الذين لديهم قدرات عالية مقارنة مع اقرانهم في القسم و تتجسد بوضوح في اختلاف النتائج و الدرجات التي يتحصل عليها يعني هذا انه كلما كان مستوى الذكاء مرتفعا كلما كان التحصيل الدراسي مرتفعا و العكس صحيح .

(محمد مصطفى زيدان ,1983,ص89)

ج- العوامل النفسية :

يعتبر تمتع التلميذ بالصحة النفسية جد ضروري في العملية التربوية , ذلك لان قدرة التلميذ على النجاح مرتبطة اساسا على التوافق مع نفسه و مع غيره , و قد ارجع العلماء اثر الجوانب النفسية و الانفعالية في الفشل الدراسي لسببين :

اولا: التكيف الذاتي و سوء التكيف النفسي نتيجة حالات القلق و الخوف التي يعاني منها التلميذ ,قد تجعل من الاضطرابات النفسية تحول دون قدرته على الانتباه و التركيز و المتابعة للدروس مما يؤثر سلبا على تحصيله الدراسي مثال ذلك عدم رغبة التلميذ في دراسة نوعية معينة من العلوم و الضغط عليه من قبل الوالدين بدراسة علوم اخرى , و طريقة التعامل الخاطئة من الاباء التي قد تقتل الطموح الشخصي لدى الابناء لتحقيق الاحسن .

ثانيا :الاطفال الذين لا تسمح لهم الظروف ان ينموا نموا اجتماعيا سليما فهم الاطفال الذين يكونون عاجزين عل التكيف مع المحيط الاجتماعي و المدرسي و الشيء نفسه بالنسبة للأطفال الذين يعانون من الحرمان العاطفي التي تتميز بها العوامل المنزلية و المؤثرة في تحصيل التلميذ.

(cuy vanzin,1976,p132)

مثل ظاهرة تسرب و هروب الطلاب من المدرسة نظرا لوجود عوامل جذب عديدة خارج المدرسة.

3-2- العوامل البيئية في التحصيل الدراسي :

يقصد بالعوامل البيئية جملة المؤشرات الاسرية و المدرسية المحيطة بالتلميذ , و التي لها انعكاسها على تحصيله الدراسي و هي عوامل يتبناها اصحاب الاتجاه الثاني الاتجاه التربوي , و تتمثل هذه العوامل في

3-2-1- العوامل الاسرية :

تعتبر العوامل الاسرية من العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي للطفل المتمدرس , فالمشكلات الاسرية التي تنتج عن عدم التفاهم و فقدان الانسجام بين الوالدين قد تؤثر على دراسة التلميذ "فالجو العائلي الذي تسوده الخلافات او المشاكل العائلية كالطلاق يؤدي الى الاضطرابات العاطفية التي تؤدي الى عدم الاستقرار و الاطمئنان و هذا من شانه خلق الاضطرابات النفسية عند التلميذ بالشكل الذي قد يؤثر على اقباله و استعابه للمواد الدراسية و بالتالي تحصيله الدراسي عكس التلميذ الذي يعيش في جو عائلي يسوده الاستقرار و الاطمئنان و التفاهم , فهذا الجو يشجع التلميذ على الدراسة و تحضيره و استعداده للتعليم و قدرته على الاستيعاب و فهم المواد الدراسية و بالتالي يكون تحصيله الدراسي جيد و كبير **(محمد بركة خلية ,1979ص355)**

فالباحثون الاجتماعيون و التربويون النفسيون اجمعوا على انه يوجد بعض الشروط السلبية التي تؤثر على نتائج سلبية على النجاح التربوي و المهني لا بنائها , و من هذه الشروط و العوامل الاسرية نجد :

ا- المستوى الاقتصادي للأسرة :

و هو في مقدمة العوامل المحيطة بالأسرة التي تؤثر على نتائج نشاط افرادها بصفة عامة ,و الصغار منهم بصفة خاصة ,فتدني المستوى الاقتصادي يخلق صعوبات تربوية متعددة و يجعل من الصعب تحقيق ما ترغب في الوصول اليه , لما يترتب عنه سوء التوجيه و الرعاية و التغذية , و ظهور بعض الامراض الجسمية و الوجدانية و الاخلاقية , اضافة الى عدم تلبية مستلزمات النشاط المدرسي. **(مصطفى الخشاب 1992,ص 46)**

ب- المستوى الثقافي للأسرة :

تعتبر الاسرة مرجع الطفل فيما يكتسبه من خبرات و معارف جديدة , فهذا المحيط يحدد رغبة التلميذ و طموحاته بسيطة جدا , و هذا ما يعود بالسلب على تحصيله الدراسي و العكس صحيح أن يكون تحصيله الدراسي ايجابيا و يؤدي الى حب التعلم و السعي للمواصلة و الاستمرار فيه .

فالمستوى الثقافي للأسرة يؤثر في التكوين اللغوي و الفكري للأبناء و يدخل في ذلك ما يتوفر في البيت من كتب و صحف و مجلات ووسائل الاعلام المختلفة السمعية و البصرية , فاذا كانت الاسرة ذات مستوى بسيط و تعطي اهمية وقيمة للثقافة و التعليم , فسوف يحصل التلميذ على نتائج مرضية في الدراسة , اما اذا كانت الاسرة ذات مستوى تعليمي ضعيف او منعدم و لا تعطي اهمية و قيمة للثقافة و التعليم , و بالتالي يؤثر ذلك سلبا على التحصيل الدراسي للتلميذ , أما اذا كان المستوى التعليمي للأسرة مرتفع و يعطي قيمة للثقافة و التعليم فهذا يؤثر ايجابا على التحصيل الدراسي للتلميذ و يمنحه خلال مؤشرات المستوى التعليمي للوالدين " توفير ظروف ثقافية مناسبة , ترغب الابناء في حب التعلم و العلم ,و مساعدة الابناء في المراجعة و انجاز الواجبات المنزلية " و توفير المادة الثقافية كالكتب و الصحف **(محمد العربي ,ص 48)**

3-2-2- المناهج و البرامج الدراسية :

المنهاج عبارة عن "مجموعة من الانشطة المخططة من اجل تكوين المعلم و يتضمن الاهداف و الادوات و الاستعدادات المتعلقة بالتكوين الملائم للمدرسين , و لكي تحقق الناهج التعليمية و البرامج المدرسية وظائفها يراعي ان تنموا نموا يقابل قدرات و رغبات التلاميذ مع احتياجات المجتمع كلما حقق التعليم وظائفه الاجتماعية

وهذا من اجل انتهاج الاسلوب الصحيح في العملية التربوية و ذلك يأخذ بالاعتبار عند اعداده الامور الاتية . **(لحسن عبد الله نحمد قاد ,1998,ص28)**

- تحديد قائمة الاولويات التي تقوم على المنظومة التربوية وذلك بتحديد الاسس التي يعتمد عليها التكوين و القيم المراد غرسها في التلاميذ .

- المعرفة الشاملة بالوسط الاجتماعي الذي يوجد فيه , التلاميذ و ان يحلل الوسط الاجتماعي الذي سوف يعمل فيه هؤلاء .

- تصور المشاكل التي تعيق التكوين كالمشاكل المادية و البشرية و التشريعية حتى يتمكن تخطيطها بسهولة .

- مع العلم ان المنهاج امتداد في جميع المراحل التعليمية , في مختلف مراحلها بطريقة ديناميكية مرنة بحيث اي اصلاح او تغيير في مرحلة الا و تردد صداه في المراحل اللاحقة بحيث اي فراغ تفكك بين الاطوار المتتالية للتعليم .

4- قياس التحصيل الدراسي :

تعرف التربية بانها عملية بناء و تحرر الغرض منها احداث تغيرات مرغوبة في الافراد و في سلوكهم سواءا كان معرفيا يرتبط بالمواد الدراسية التي يتعلموها بالمدرسة او سلوكا وجدانيا او نفسيا حركيا . **(ابو علام رجاء محمود ,1983,ص95)**
و على هذا تلجا المدرسة الى قياس مدى حدوث التغيرات في جوانب التحصيل الدراسي من خلال الاختبارات التحصيلية التي ترمى اساسا الى قياسا الى قياس نتائج التعليم كلها كالقدرة على الفهم و الاستيعاب و الانتفاع بالمعلومات في حل المشكلات و تطبع اثار التعلم في اسلوب تفكير التلميذ و اتجاهاته و طريقته في معالجة الامور و قدرته على النقد البناء و التمحيص و انفاق ما اكتسبه من مهارات و خبرات مفيدة

و نظرا لأهمية هذا القياس لجات المدارس الى استخدام طرق مختلفة في هذا الغرض نذكرها فيما يلي:

ا – الاختبارات التقليدية :

1- العلامات الدراسية اليومية :

يقوم الاستاذ بإلقاء الدرس على تلاميذه داخل القسم , و اثنائه يسجل علامات يومية يحصل عليها التلميذ في كل درس ,يبنى عليها فيما بعد التقييم .

2- الاعمال المنزلية:

و يقصد بها الوظائف والبحوث المنزلية ,التي يكلف بها التلاميذ و يصححها المعلم , و يظهر لهم مواطن الخطأ و الصواب و يعمل على توجيههم .

3- الاختبارات الشفوية:

و فيها يقوم المدرس بطرح سؤال او اكثر على تلميذ مباشرة , و تكون الاجابة عليه شفهيا من قبل التلميذ و اذا اخطأ ينتقل الى تلميذ اخر ,وهذه الاختبارات تساعد التلميذ على ان يكون يقظا. **(بركات خليفة ,1983,ص95)**

4- اختبار المقال و التقرير و المناقشة :

و هنا تتاح للتلميذ فرصة لإظهار قدرته على التعبير و التنظيم و التعميم و هي عبارة عن سؤال حر يطرح على جميع التلاميذ و تكون الاجابة تحريرية خلال مدة معينة , و تكون الاجابة على شكل مقال ادبي او علمي او فلسفي عند بعض المستويات المتقدمة , و في هذه الطريقة يعتمد على ما فهمه و حفظه للإجابة على شكل مقال ,ويمكن للمقال ان يظهر قدرة التلميذ على اختبار الافكار و الحقائق المهمة و قدرته على ربطها و التنسيق بينها و هذا يعكس اثره على عادات استذكار التلاميذ . **(عبد العزيز صالحي ,ص370)**
و التقييم يكون على اساس اللغة الواردة , و الاساليب اللغوية و الكلمات المختارة ,الافكار التي يطرحها و تسلسل الافكار و التحليل و صحة المعلومات المقدمة ,و يستطيع التلاميذ الاطلاع على نتائج الامتحان على عكس الامتحان الشفهي.

ب- الاختبارات الحديثة او المقننة :

نذكر منها ما يلي :

1- اختبار الخطأ و الصواب :

من اشهر الاسئلة الموضوعية نظرا لسهولتها ,و يتكون هذا الاختبار من مجموعة عبارات بعضها صحيحة و البعض الاخر خطا , و يشترط ان تكون نصف عباراته خاطئة و النصف الاخر صحيح و ان تكون مختصرة و يتم خلطها و يتم خلطها مع بعضها دون نظام او ترتيب , و يختص هذا النوع لقياس معرفة المصطلحات و التواريخ و التعريفات و حل المسائل الحسابية و القوانين . **(عبد العالي الجسماني ,1994,ص195)**

2- اختبار ملا الفراغات :

يكتب في هذا النوع عبارات ناقصة و يطلب من المتمدرس تكميلها ,و يستخدم هذا النوع لقياس معرفة المصطلحات و التواريخ و التعريفات و حل المسائل الحسابية

3- اختبار المطابقة او المقابلة :

و هو اكثر الانواع استعمالا في معرفة معاني الكلمات و التعريفات الاصطلاحات و التعرف على الصفات التارخية و الادبية , و هي عبارة قائمين من العبارات القصيرة او الرموز او الارقام ,و يطلب من المتمدرس من الحاق الشبيه بشبيهه فيها , و تستخدم اسئلة المقابلة في قياس تحصيل التلاميذ في الحقائق و معاني الكلمات و التواريخ و الاحداث و الشخصيات ,كما تستخدم في الرسم البياني او الخرائط , و ترمز اجزاء الرسم و يقوم التلميذ بمقابلة الاجزاء بالوظائف و اسبابها .

(عبد العالي الجسماني ,1994,ص196,195)

4- اختبار الترتيب :

في هذا النوع من الاختبارات تعطى جمل متعددة عشوائية ,غير مرتبة بطريقة منتظمة و منطقية ,و يطلب من التلميذ بان يضع رقما متسلسلا امام جمل و عبارات توضح ترتيبها و بالتالي تكون العبارات و الجمل ذات معنى سليم و مفهوم و بناء.

(عبد العالي الجسماني,1994,ص403)

5-النظريات المفسرة لأسباب اختلاف التحصيل الدراسي :

الاتجاه الوظيفي :

يرى انصار النظرية الوظيفية ان مؤسسات التعليم هي من اهم المؤسسات الاجتماعية في بناء المجتمع الحديث, فعن طريقها يتم نقل القيم و الاخلاق و ثقافة المجتمع , كما يتم فيها تغيير الافراد من حب الذات و الانانية و تغليب مصلحة المجتمع و العمل من اجله و هذا ما اكده "دوركايم".

تؤكد النظرية الوظيفية ان المجتمع يقوم على مبدا التوازن , و تحكمه العلاقة الوظيفية بين مؤسساته و نظمه و المدرسة هي احدى مؤسسات المجتمع و هي اداة وضع المناسب منهم في المكان المناسب و يعتبر "دوركايم" من اوائل من اسهموا في توضيح المنظوم الوظيفي لعلاقة التعليم بالمجتمع , و تتركز نظريته في ان المدرسة يجب ان تقوم بالوظيفة و نقل القيم و الاخلاق عن طريق عملية التطبيع الاجتماعي و يرى اتباع هذه النظرية ان مصدر عدم المساواة في التحصيل الدراسي يعود الى اختلاف قدرات الطلاب و طموحاتهم , لذلك فالأبحاث التي يعتمد عليها أصحاب تركز على اهمية عامل الذكاء ,واهمية تطلعات الطالب ووالديه لتحصيل دراسي متفوق في اختلاف القدرات و كذلك نوعية المدارس و اهميتها في تشكيل تحصيل الطالب دراسيا , لذلك ان عائلات الطبقات الغنية يربون ابناءهم على قيم و سمات شخصية تؤدي الى تفوق هذه القيم و السمات غير متوفرة عند عائلات الطبقات الفقيرة .

الاتجاه الصراعي :

تركز نظرية الصراع و التي تمثل النظرية الماركسية الجديدة و نظرية التجديد الثقافي و الاتجاهات الفوضوية عند " اليش و فريدي" على الطبيعة الاسرية في المجتمع , و نشر التغيير الاجتماعي , و ترى ان الصراع القوي و الديناميكية الرئيسية هي التي تمثل الحياة الاجتماعية , و ذلك لان المجتمعات تتماسك فيما بينها عن طريق الجماعات ذات النفوذ و التي تجبر الجماعات الاقل نفوذ بضرورة التعاون و الالتزام ,و ترى هذه النظرية ان النظام الاجتماعي ينقسم الى قسمين هما :

- قسم مسيطر يتمثل في الجماعات المسيطرة

- قسم تابع يتمثل في الجماعات الخاضعة

و العلاقة بين الجماعتين علاقة استغلال هذا ما راه كل من " بارونز و جينتر " في كتابهم التعليم في امريكا الرأسمالية " حيث راوا ان دور المدرسة الرأسمالية تكمن في :

- اعداد القوى العامة في خدمة الرأسمالية .

- تعليم افراد المجتمع الانضباط و الالتزام المادي بالمعتقدات الرأسمالية .

هذا بالإضافة الى قيام النظام التعليمي ,بتبرير شرعية عدم المساوات في العمل بتأكيده على ان الحصول على العمل يعتمد عل الصراع و الجدارة في التحصيل الدراسي

(ابراهيم طيبي ,2013,ص245)

6- شروط التحصيل الدراسي :

هناك شروط موضوعية ذاتية واخرى موضوعية تتمثل في :

1- الشروط الموضوعية الخارجية و تتمثل في :

- من سهل حفظ الكلمات ذات المعاني في وقت أسرع .

- التكرار الموزع لعدة مرات الحفظ خير من التكرار المركز في زمن متصل فالأول يثبت المعلومات لمدة اطول.

- اذا اتخذ الفرد نغمة معينة اثناء القراءة فإنها تساعد على سرعة الحفظ

- اذا كانت المادة المراد حفظها كبيرة كقصيدة شعرية او غيرها فيجب تقسيمها الى اجزاء متعددة على اساس منطقي .

- يجب على الفرد ان يقوم بعملية تسميع ذاتي بين الحين و الاخر لما حفظه حتى يعرف الاجزاء التي لم يحفظها . **(كامل محمد عويضة ,1996,ص 68،69)**

2- الشروط الذاتية الداخلية و تتمثل :

- اذا كانت موضوعات الحفظ ذات صلة بالشخص او مرت بخبراته فان عدد المرات اللازمة لحفضها تكون اقل من غيرها .

- كذلك الوضع الجسماني للفرد و اذا كان سليما متخذا هيئة المتطلع المنصت مسبقا على نفسه طابع الانتباه و الاستعداد لتلقي المعلومات فانه يكون اسرع في الفهم و الحفظ .

- ان حالة الفرد الجسمية و النفسية تاثير كبير في سرعة الحفظ مثلا شخص قلق و مكتئب يحتاج الى زمن طويل لحفظ موضوع ما .

- ايضا لا يمكن انكار اثر الذكاء للفرد في سرعة التحصيل و قوة التعليم .

(حلي المليحي ,2004 ،ص25)

7- اهداف التحصيل الدراسي :

يهدف التحصيل الدراسي في المقام الاول الى الحصول على المعارف و المعلومات و الميول و المهارات التي تبين مدى استيعاب التلاميذ لما تم تعليمه في المواد الدراسية المقررة و كذلك مدى ما حصله كل واحد منهم من محتويات تلك المواد و لذلك تتمثل الاهداف فيما يلي:

- الوقوف على المكتسبات القبلية من اجل تشخيص و معرفة مواطن القوة والضعف لدى التلميذ .

- الكشف على المستويات التعليمية المختلفة من اجل تصنيف التلاميذ تبعا لمستوياتهم تلك بغية مساعدة كل واحد منهم التكيف مع الوسط و محاولة رفع مستواه التعليمي .

- قياس ما تعلمه التلميذ من اجل اتخاذ اكبر قدر ممكن من القرارات المناسبة التي تعود عليهم بالفائدة .

- تحديد مدى فاعلية و صلاحية كل التلاميذ لمواصلة او عدم مواصلة تلقي خبرات تعليمية ما بالإضافة الى تحسين و تطوير العملية التعليمية.

- فالتحصيل الدراسي يسعى لتحقيق غاية كبرى و هي تحديد صورة الأداءات الفصلية الحقيقية للتلاميذ و التي من خلالها يتم مستقبلهم الدراسي و المهني .

(محمد برو ,ص276)

8- أهمية التحصيل الدراسي :

يعد التحصيل الدراسي ذو اهمية كبيرة في العملية التعليمية التربوية كونه من اهم مخرجات التعليم الذي يسعى اليها المتعلمون .

- يعتبر التحصيل الدراسي من المجالات العامة التي حظيت باهتمام الاباء و المربين باعتباره من الاهداف التربوية التي تسعى لتزويد الفرد بالعلوم و المعارف التي تنتمي مداركه و تفسح المجال الشخصية لتنموا نموا صحيحا .

- يشبع التحصيل الدراسي الحاجات النفسية التي يسعى اليها الدارسون و في عدم اشباع هذه الحاجة فإنها تؤدي بشعور الطالب بالإحباط الذي ينتج عنه استجابات عدم وانية من قبل التلميذ قد تؤدي الى اضطرابات النظام الدراسي.

- تكمن اهمية التحصيل الدراسي في العملية التعليمية كونه يعالج كمعيار لقياس مدى كفاءة العملية التعليمية و مدى كفاءتها في تنمية مختلف المواهب و القدرات المتوفرة في المجتمع. **(رابح مدقن و نعيمة لعور,2013,2014,ص 19،22)**

خلاصة الفصل :

تتمثل خلاصة الفصل في ان للتحصيل الدراسي اهمية كبيرة في تحديد المستوى التعليمي للطالب من خلال العملية التعليمية و اثارها على شخصية الطالب, و يقدر عادة التحصيل الدراسي بالدرجات التي يتم الحصول عليها من تطبيق الاختبارات في التحصيل الدراسي يجعل الطالب يكشف حقيقة قدراته و امكانياته من خلال مستواه الدراسي ,كما ان التحصيل الدراسي عادة ما تأثر عليه عدة عوامل منها ما هو متعلق بالطالب من حيث قدراته و ميوله ,و منها ما هو خاص بالنظام الدراسي .

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

التذكير بفرضيات الدراسة

منهج الدراسة

الدراسة الاستطلاعية

مجال اجراء الدراسة

نتائج الدراسة الاستطلاعية

الاساليب الاحصائية

الدراسة الاساسية

مجتمع الدراسة

عينة الدراسة

خصائص العينة

ادوات الدراسة الاساسية

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعدما تم التطرق الى الإطار العام للدراسة في الفصول السابقة التي تعد كأرضية اساسية لبناء عمل منهجي و ذلك للكشف عن العلاقة التي تجمع الضغط النفسي و التحصيل الدراسي ,فمن خلال هذا الفصل نحاول ابراز اهم الاجراءات المنهجية التي اعتمدت في هذه الدراسة انطلاقا من تحديد مجالات الدراسة المكاني و الزماني و كذا البشري ,و كذلك تحديد مجتمع الدراسة ,بالإضافة الى تحديد نوع المنهج المعتمد عليه و تحديد الادوات التي استعين بها في جمع البيانات و الوثائق و السجلات ,و كذلك اسلوب التحليل الكمي و الكيفي

1- التذكير بفرضيات الدراسة :

1- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالث ثانوي

2- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالث ثانوي

3- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالث ثانوي

2- منهج الدراسة :

لا تخلوا اية دراسة من منهج متبع فيها يمكن الاعتماد عليه من اجل القيام بدراسة وفق قواعد و اسس علمية تحليلية ,ففي دراستنا هذه اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي كأسلوب مناسب من اساليب البحث العلمي لتحقيق اهداف الدراسة ,حيث ان هذا المنهج يصف هذه الظاهرة كما هي في الواقع كما هي في الواقع وصفا دقيقا و يعبر عنها كيفيا او كميا فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة و يوضح خصائصها اما التعبير الكمي فيقدم وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة او حجمها و درجات ارتباطها مع ظواهر مختلفة اخرى

(زايد ، 2017).

3-الدراسة الاستطلاعية :

اذ تعتبر الدراسة الاستطلاعية من بين اهم الاجراءات الميدانية المتخذة اين تسمح للباحث بالتقرب من ميدان الدراسة و التعرف اكثر عن الظروف و الامكانيات التي قد تساعد على ضبط متغيرات الدراسة و كذا تجسيد و تقنين ادوات الدراسة المعتمدة بقصد جمع المعطيات التي نحن في حاجة ماسة اليها .

4- نتائج الدراسة الاستطلاعية :

ومن خلال الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها ,خلصنا الى جملة من النتائج كانت مبعثا في توضيح الرؤية حول متغيرات الدراسة و كانت كالآتي :

- توفر العينة المراد دراستها .

- السلاسة اللغوية للمقياس, بحيث كانت بنود المقياس واضحة و غير غامضة لدى جميع المبحوثين .

- كان هناك تجاوب كبير لأفراد العينة بالاستجابة ,و الاجابة على بنود المقياس تطبيقات الاستبيان كانت في حينها و في الوقت المحدد .

- لم نسجل اي امتناع من قبل المبحوثين .

- عشنا تفاعلا ايجابيا مع الطاقم الاداري و البيداغوجي و اتسم بالترحاب و التعاون .

- تسهيلات كبيرة قدمت لنا من حيث تخصيص التوقيت و المكان و توفير العينة المصغرة

- و قد اجريت الدراسية الاستطلاعية على عينة قدرت ب 30تلميذ و تلميذة تم اختيارها بطريقة عشوائية من اقسام السنة الثالثة ثانوي بـ بوزقان (الأخوة حانوتي) شرق تيزي_وزو (للسنة الدراسية، 2021-2022)

5- مجال اجراء الدراسة :

المجال الزمني تم تطبيق الدراسة الميدانية خلال الفترة الممتدة من 05 أفريل 2022 الى غاية 20 ماي 2022 للسنة الدراسية (2022/2021).

المجال المكاني تم اجراء الدراسة في ثانوية "الاخوة حانوتي " شرق ولاية تيزي-وزو.

المجال البشري مجموعة من تلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي خلال السنة الدراسية **2022_2021**

6- الاساليب الاحصائية :

من اجل معالجة المعطيات تم الاعتماد في هذا السياق على :

- معامل الارتباط بيرسون .
- النسب المؤوية .
- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- إختبار t test
- الفا كرونباخ .

معالجة المعلومات عن طريق SPSS

2- الدراسة الاساسية :

1- مجتمع الدراسة :

تتمثل مجتمع الدراسة في تلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي وفقا للشعب (آداب و فلسفة ,لغات اجنبية ,تسيير و اقتصاد ,علوم تجريبية) حيث بلغ عددهم 217 تلميذ و تلميذة بثانوية الخوة حانوتي بـ بوزقان شرق ولاية تيزي- وزو

2- عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة الاساسية من 100تلميذا و تلميذة ,45 ذكور ,55 إناث من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية الاخوة حانوتي وفقا للشعب(آداب و فلسفة ,لغات اجنبية ,تسيير و اقتصاد, علوم تجريبية)

3- خصائص العينة :

جدول رقم 01 يبين توزيع العينة حسب الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
الذكور	45	%54
الإناث	55	%55
المجموع	100	%100

جدول رقم 02 يبين توزيع العينة حسب الشعب:

الشعب	التكرار	النسبة المئوية
آداب وفلسفة	31	%31
تسيير واقتصاد	27	%27
علوم تجريبية	24	%24
لغات اجنبية	18	%18
المجموع	100	%100

4- أدوات جمع البيانات:

ان ادوات جمع البيانات اهمية بالغة في أي دراسة و في أي مجال من مجالات البحث العلمي ,لذلك اعتمدنا في جمع البيانات الخاصة لمتغيرات الدراسة على أداتين هما:

أ- مقياس الضغط النفسي :

هو مقياس اعدته داوود سنة 1955 لقياس مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة المراهقين و يتكون المقياس من 60 فقرة موزعة على 08 مجالات :

مجال المدرسة - المجال النفسي- العلاقات مع الوالدين و الاخوة – العلاقات مع الزملاء – العلاقة مع المدرسين – الامور المالية و الاقتصادية – العلاقات مع الجنس الآخر و الانفعالات والمشاعر و المخاوف و التخطيط للمستقبل و قد ادرج امام كل فقرة من الفقرات مقياسا متدرجا من ثلاث درجات حسب اسلوب ليكارت على النحو التالي :

1= لا اعاني من هذه المشكلة .

2= اعاني من المشكلة بدرجة بسيطة .

3= اعاني من المشكلة بدرجة شديدة .

و تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين (61-183) حيث يدل اقتراب درجة الفرد من الحد الاعلى 183 على انه يعاني بدرجة عالية من الضغط النفسي , و اقترابه من الحد الادنى 61 انخفاض مستوى الضغط النفسي لديه .

ثبات المقياس:

لحساب معامل الثبات استخدمت داوود 1995 طريقة الاختبار و اعادة الاختبار بفاصل زمني بين التطبيق الاول و التطبيق الثاني مقداره اسبوع واحد , و ذلك على عينة من الطلبة الصفوف السادس-السابع- الثامن- التاسع- العاشر في منطقة عمان و الزرقاء و قد بلغ حجمها 134 طالبا و طالبة 67 من الذكور ,67 من الإناث و كان ثبات عينة الذكور 0.98 و عينة الإناث 0.89 و للعينة جميعها 0.93 كما تم حساب معامل الاتساق الداخلي للأداة على النحو التالي :

مجال المدرسة و النحو الصفي - مجال العلاقات مع الاخوة – مجال العلاقات مع الزملاء و مجال العلاقة مع المدرسيين و مجال الامور المالية و الاقتصادية و العلاقة مع الجنس الاخر و المشاعر و المخاوف و الانفعالات 0.75 و مجال التخطيط للمستقبل 0.94 ,اما معامل الاتساق للأداة ككل فكان 0.93 .

صدق المقياس:

لقياس صدق المقياس قامت داوود بإيجاد صدق المحتوى للأداة من خلال صدق المحكمين حيث عرضت الاداة على 50 مرشد و مرشدة في مدارس عمان و الزرقاء و ماديا و السلطة لتحديد فيها اذا كانت الفقرات التي احتوت عليها الاداة تتناسب مع ما اعدت من اجله ,أي قادرة على قياس مستوى الضغط النفسي لدى المراهقين و ذلك اعتمادا خبرة المرشد في العمل الارشادي و معرفته بخصائص مرحلة المراهقة و سماتها بالإضافة الى ذلك عملت على حساب الصدق للأداة, و ذلك من خلال مقارنة الاداء العام لدى مجموعتين من الطلبة الاولى و بلغ عددها 30 طالب و طالب لا تعاني من المشكلات , الثانية و عدد افرادها 30 طالب و طالبة و تعاني من عدد كبير من المشكلات ,و قد حدد عدد الطلبة في المجموعتين حسب تقديرات معلميهم و مرشديهم اعتمادا على فقرات الاداة , وقد ظهرت فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين حيث كانت قيمت الاحصاء (ت) 3.15 عند مستوى الدلالة 0.0002 و قد استخدم في هذه الدراسة مقياس الضغوط النفسية الذي اعدته داوود 1995 و ذلك لان هذا المقياس طبق على البيئة الاردنية , بالإضافة الى ارتفاع معدلات الصدق و الثبات له .

- ولقد تم تطبيق هذا المقياس في البيئة الجزائرية من قبل الطالبة "حدوش كاميلية" سنة 2017 ، وبدورنا قمنا حساب صدق وثبات هذا المقياس قبل الشروع في الدراسة الاساسية ، (أنظر الملاحق).

ب- درجات التحصيل الدراسي للتلاميذ :

لقد قمنا بأخذ معدلات الفصل الثاني لتلاميذ مرحلة ثالث ثانوي في السنة الدراسية (2021,2022).

خلاصة الفصل :

في هذا الفصل تم ذكر الاجراءات التي تم اتخاذها من اجل تجسيد الدراسة على ارض الواقع ,بداية من تحديد المنهج المناسب للدراسة و ميدانها و وصف مجتمع الدراسة و كذا وصف اداة القياس و التأكد من خصائصها السيكومترية و من ثم اعطاء لمحة حول اجراءات تطبيق الدراسة الاستطلاعية ,و اخيرا تحديد الاساليب الاحصائية التي سيتم من خلالها معالجة البيانات التي تم الحصول عليها .

الفصل الخامس

عرض وتفسير نتائج الدراسة الميدانية

تمهيد

1- عرض نتائج الفرضية الاولى

2- عرض نتائج الفرضية الثانية

3- عرض نتائج الفرضية الثالثة

4-مناقشة نتائج الفرضيات

4-1-مناقشة الفرضية الاولى

4-2-مناقشة الفرضية الثانية

4-3- مناقشة الفرضية الثالثة

5- النتائج العامة للفرضبات

تمهيد :

يعتبر هذا الفصل مرحلة اساسية و مهمة من مراحل البحث العلمي اذ لا يمكننا تجاهله لما يحمله من معلومات مهمة للدراسة ,فهو يعرض لنا النتائج المتوصل في الدراسة الاساسية التي على ضوئها نتمكن من تحليل و مناقشة الفرضيات المصاغة في شكل تخميني على تساؤلات الدراسة .

- عرض و تحليل النتائج :

1- عرض و مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الاولى

الفرضية الاولى :

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة ثالثة ثانوي.

جدول رقم (03) يمثل نتائج الفرضية الاولى :

حجم العينة	متغيرات الفرضية	معامل ارتباط بيرسون	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة
100	الضغط النفسي	-0.964**	0.000	0.01
	التحصيل الدراسي			

نلاحظ من خلال الجدول رقم (03)ان القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط بيرسون قدرت ب (-0.964**)عند مستوى الدلالة المعنوية (0.01) مقارنة بالقيم المجدولة و التي بلغت (0.083) وجدنا ان القيمة المحسوبة اكبر من القيمة المجدولة اي ان هناك ارتباط عكسي و عليه نستنتج انه توجد علاقة إرتباطية عكسية بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي , و من هنا نقبل الفرضية البديلة , و نرفض الفرضية الصفرية .

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

الفرضية الثانية : توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي .

الجدول رقم 04 يمثل نتائج الفرضية الثانية :

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة sig	مستوى الدلالة
ذكر	45	94.37	15.18	3.212	0.002	0.01
انثى	55	85.30	13.03			

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه والذي يمثل قيم الفروق الموجودة الضغط النفسي تبعا لمتغير الجنس .

اذ بلغ تعداد الذكور بـ 45 و تعداد الإناث 55 ، والمتوسط الحسابي قدر بـ94.37 عند الذكور ، فيما بلغ 85.30 عند الإناث ، وبانحراف معياري قدر بـ 15.18 عند الذكور ، و13.03 عند الإناث ، وعند حساب قيمة ت للفروق قدرت ب 3.212عند مستوى الدلالة المعنوية 0.01 وبدرجة الحرية قدرت ب 98، وعليه نستخلص ان القيمة المحسوبة 3.212 اكبر من القيمة المجدولة التي تقدر بـ 2.226، وعليه نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق دالة احصائيا تعزى لمتغير الذكور .

3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

الفرضية الثالثة : توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي .

الجدول رقم 05 يوضح نتائج الفرضية الثالثة :

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة sig	مستوى الدلالة
ذكر	45	11.13	1.67	2.79	0.006	0.01
انثى	55	12.07	1.67			

يتضح من خلال الجدول اعلاه الذي يمثل قيم الفروق الموجودة في التحصيل الدراسي تبعا لمتغير الجنس .

إذ بلغ تعداد الذكور 45 وتعداد الإناث 55 ، بمتوسط حسابي حدد ب 11.13 عند الذكور ، فيما بلغ 12.07 عند الإناث ، وبانحراف معياري قدر ب 1.67 عند الذكور والإناث .

وعند حساب قيمة ت للفروق قدرة ب 2.79 عند مستوى الدلالة 0.01 ، وبدرجة الحرية قدرة ب 98 وعند مقارنتها بالقيمة المجدولة والتي قدرة ب 2.626، وعليه نستخلص ان القيمة المحسوبة اصغر من القيمة المجدولة وعليه نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة .

4- مناقشة نتائج الفرضيات :

4-1- مناقشة و تفسير الفرضية الاولى:

كشفت نتائج الدراسة الميدانية الموضحة بالجدول رقم (03)ان قيمة معامل الارتباط بيرسون **0.964-في حين ان قيمة مستوى الدلالة تساوي إلى 0.000 وهي قيمة من مستوى الدلالة المعتمدة التي هي 0.01,و بالتالي توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالث ثانوي .

و بذلك يمكننا القول على حسب النتائج المتوصل اليها في هذه الدراسة ان الضغط النفسي يؤثر على التحصيل الدراسي و بالتالي التحصيل الدراسي يتأثر بالضغط النفسي و ذلك لتحقيق الاهداف التعليمية المسطرة و هي البكالوريا من اجل الانتقال الى المستوى الاعلى و مواصلة المسار التربوي التعليمي , و يتم ذلك بتقديم الدعم المادي و المعنوي من طرف الاسرة و المدرسة و المجتمع و هذا ما اكدته دراسة "جابر الله بن مبارك السيندي 2008 بعنوان الضغوط النفسية و علاقتها بالتحصيل الدراسي في كلية الملك فيصل الجوية " حيث توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية و التحصيل الدراسي و توصلت ايضا الى ان الطلاب في مجتمع الدراسي يستخدمون اساليب البحث عن حل المشكلة لمواجهة الضغوط و بعدها اسلوب التدعيم الاجتماعي و اخيرا اسلوب التجنب.

4-2-مناقشة وتفسير الفرضية الثانية :

يتضح لنا من خلال الجدول ان قيمة "ت" المحسوبة (3.212) و هي اكبر من قيمة "ت" المجدولة (2.626)عند مستوى الدلالة المعنوية(0.01)و بدرجة الحرية (98) فهي دالة احصائيا عند هذا المستوى , و بالتالي نرفض الفرضية الصفرية و نقبل الفرضية البديلة , و عليها توجد فروق ذات دالة احصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس (ذكور ,إناث)من تلاميذ البكالوريا حيث ارتفعت نسبة الضغط النفسي عند الذكور مقارنة بالإناث و هذا ما اكدته دراسات عربيات و خرابشة (2007)حيث توصلت إلى وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالته 0.01 في تعرض الطلبة المتفوقين الى الضغط النسبي تعزى الى متغير الجنس لصالح الذكور و الى عدم وجود تفاعل بين متغيري الجنس و المرحلة الدراسية.

4-3- مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة :

يتضح لنا من خلال الجدول ان قيمة "ت" المحسوبة تساوي (2.790)و هي اكبر من القيمة المجدولة (2.626)عند مستوى (0.01)و بدرجة الحرية (98),فهي دالة احصائيا عند هذا المستوى و بالتالي نرفض الفرضية الصفرية و نقبل الفرضية البديلة ,و بذلك يمكننا القول انه توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالثة ثانوي لصالح الإناث , اذ كلما ارتفع التحصيل الدراسي انخفض الضغط النفسي ,حيث ان دراستنا تعارضت مع دراسة فاطمة الحازمي "1999" تحت عنوان مشكلات طالبات الصف الثالث ثانوي ذوات التحصيل المنخفض بمدينة جدة حيث توصلت هذه الدراسة الى انه لا توجد فروق دالة احصائيا بين طالبات الثالث ثانوي .

5- النتائج العامة للفرضيات :

من خلال النتائج التي تم التوصل اليها في الدراسة الميدانية و التي اجريت حول موضوع الضغوط النفسية و علاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالث ثانوي توصلنا الى مجموعة من النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة حيث تشير نتائج الفرضية الاولى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الضغط النفسي و التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الثالث ثانوي

اما نتائج الفرضية الثانية فتشير الى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالث ثانوي لصالح الذكور .

اما نتائج الفرضية الثالثة فتشير الى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى التحصيل الدراسي وفقا لمتغير الجنس لدى تلاميذ الثالث ثانوي .

اظهرت النتائج ان اهم الضغوط بالنسبة للتلاميذ هي المتعلقة بالمدرسة ,العلاقات بين الابوين و ايضا العلاقات بين الأصدقاء و الانفعالات .

و هذا يعني ان الضغط النفسي الذي يتعرض له التلميذ من طرف الوالدين داخل البيت و ذلك من خلال الحرص الشديد على الدراسة والقسوة و الضبط الشديد و عدم التغاضي عن اي تقصير او خطا ,اضافة الى معانات المذاكرة و التحصيل و الخوف من امتحان شهادة البكالوريا و طرق معاملة الاساتذة و قوانين الادارة ,كل ذلك يادي به الى التوتر و الاحباط و نتيجة التحصيل الدراسي المتدني .

الخاتمة :

يعد هذا العرض خاتمة الدراسة ,فبعد ان تمكنا من التعرف على الضغوط النفسية هي مجموعة من المؤثرات الداخلية و الخارجية التي يتعرض لها التلميذ المقبل على امتحان شهادة البكالوريا , فقد يستجيب لها بالتوتر و الخوف و القلق و عدم الاتزان و ذلك راجع الى عدم قدرته على الموازنة بين ما يتمتع به من امكانيات و بين ضغوط البيئة المحيطة به ,حيث تشكل له تهديدا و عبئا ثقيلا على عاتقه , وهذا ما يتطلب منه التكيف و التوافق من اجل تحقيق النجاح و الحصول على شهادة البكالوريا ,كما يتبين ايضا انه قد يحتاج الى قليل من الضغط الذي يولد لديه روح المثابرة و الادراك .

و من خلال دراستنا التي قمنا بها بثانوية الاخوة حانوتي توصلنا الى ان هناك علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية و التحصيل الدراسي ,فكلما زادت الضغوط النفسية لدى تلاميذ البكالوريا كلما انخفض معدل تحصيلهم الدراسي و العكس ,كلما قلت الضغوط النفسية ارتفع معدل تحصيلهم الدراسي ,الا ان هذه الضغوط كانت حافزا و دافعا للنجاح عند البعض .

التوصيات :

- الضغوط النفسية ظاهرة من ظواهر طبيعة الوجود الانساني , ووجودها في حياتنا معناه اننا نتفاعل و نعيش مع الحياة .

- علاج الضغوط النفسية لا يتم من خلال التخلص منها و انما يتم بالتعايش الايجابي معها و معالجة نتائجها السلبية .

- التعلم و اكتساب مهارات جديدة لحل المشكلات .

- اجراء دراسات اخرى تتعلق بالضغط النفسي و علاقاتها بمتغيرات اخرى و مجتمع اخر ,كتلاميذ المرحلة النهائية من شهادة التعليم المتوسط .

- التواصل مع الاخرين كاستراتيجية هامة في التخفيف من شدة الضغوط النفسية المرتفعة .

- ظهور حسن معاملة المعلمين للتلاميذ بحيث تكون دافعة لهم على مواصلة الدراسة .

- التدريب على التعبير على الانفعالات و تجنب ما امكن قمعه خاصة منها الغضب ,العدوان ,العنف ,و التعبير عنها بالطريقة الملائمة .

- توظيف الاساليب العلمية الحديثة ووسائل التكنولوجيا و مداخل الفهم الشامل لحاجات التلاميذ التعليمية ,النفسية ,و الاجتماعية ,و الفهم الدقيق لسلوكياتهم و توظيف الاساليب العضوية في زيادة التحصيل الدراسي لديهم و تحسين ادائهم الدراسي و التعليمي في نفوس الطلاب .

- نرجو ان يحظى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي بالاهتمام الخاص من طرف مستشاري التربية و التوجيه و الرعاية اللازمة من طرف المختص النفسي العيادي ,في الوسط التربوي و اعطائه المكانة اللازمة لذلك قصد انجاح عمله بشكل جيد .

- يمكن اعداد برامج ارشادية للتخفيف من الضغط النفسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي ليستفيد منها مستشاري التوجيه و الارشاد النفسي و كذلك الاولياء .

قائمة المراجع

المراجع :

- **الكتب :**

1. ابو علام رجاء محمود ,نادية محمود شريف(1983),الفروق الفردية و تطبيقاتها التربوية ,الكويت ,دار القلم ,ط1
2. بركات خليفة(1993),الاختبارات و المقاييس الطلبية, مصر ,دار مصر للطباعة,ج2,ط2
3. جرس ميشال جرس(2005),معجم مصطلحات التربية و التعليم ,دار النهضة العربية, لبنان ,ط1
4. حسن شحاتة ,زينب التجار (2003) ,معجم المصطلحات التربوية النفسية ,الدار المصرية اللبنانية , القاهرة ,ط 1
5. حلى المليحي (2004),علم النفس المعرفي, دار النهضة العربية ,بيروت,ط 1
6. حنان عبد الحميد العناني(2000),الطفل و الاسرة و المجتمع ,الاردن, دار الصفاء للنشر و التوزيع,ط5
7. رشيد اورسلان (2000),التسيير البيداغولوجي في مؤسسات التعليم ,قصر الكتاب,الجزائر,ط2
8. الرشيدي هارون توفيق (1999),الضغوط النفسية طبيعتها نظرياتها برنامج لمساعدة الذات في علاجها مصر مكتبة الانجلو المصرية .
9. سليمان الطريري (1994),الضغط النفسي ,مفهومه, تشخيصه ,طرق علاجه و مقاومته ,مطالبه ,شركة الصفحات الذهبية ,المملكة السعودية

10. سناء محمد سليمان ، (1989)، عادات الاستذكار ومهاراته السليمة ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ن ب ط

11. الشربيني زكريا (1994) المشكلات النفسية عند الاطفال ، دار الفكر العربي ، السعودية ط1.

12. صلاح الدين محمود علام (2000), القياس والتقويم التربوي والنفسي دار الفكر العربي للنشر عمان الاردن ط1 .

13. عبد الباسط ابراهيم(2009),مقياس ضغوط الدراسة ,القاهرة ,مكتبة الانجلو المصرية

14. عبد الرحمان بن سليمان الطريري ، (1994) الضغط النفسي (مفهومه ،تشخيصه ، طرق علاجه ، ومقاومته)، الرياض ،ط1.

15. عبد العالي الجسماني(1994),علم النفس و تطبيقاتها الاجتماعية التربوية ,الدار العربية للعلوم

16. عثمان فاروق السيد (2001), القلق وادارة الضغوط النفسية مصر دار الفكر العربي ط1.

17. علي اسماعيل علي ، (1999) استراتيجيات الخدمة الاجتماعية المدرسية ، التدخل في مواقف الضغوطات والازمات ، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة ط1.

18. علي عسكر ، (2003) ضغوط الحيات واساليب مواجهتها (الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق) دار الكتاب الحديث ، القاهرة ،ط3.

19. عمر عبد الرحيم نصر الله (2010), تدني مستوى التحصيل والانجاز المدرسي دار وائل للنشر والتوزيع عمان الاردن ط1

20. الغريب رمزية (1985), التقويم والقياس النفسي والتربوي مكتبة الانجلو المصرية القاهرة .

21. فاروق السيد عثمان (2000), القلق وادارة الظغوط دار الفكر العربي القاهرة مصر .

22. فرج عبد القادر طه ، (2003) موسوعة علم النفس والتحليل النفسي ، دار غريب للطباعة والنشر والتزيع ، القاهرة .

23. فيدمان نانا (2010), دليل الدعم النفسي الاجتماعي القائم على المجتمع المحلي ترجمة (معاذ شقير)دمشق باراميديا .

24. كارين, سوليفان(2008),الابناء و التربية المثالية في ظل الضغوط الحياتية (ترجمة خالد العامري),القاهرة, دار الفاروق للاستثمارات الثقافية

25. كامل محمد محمد عويضة(1996),علم النفس المعرفي, دار المعرفة العالمية ,بيروت ,ط 1

26. كلير فهيم (2014) الاسرة و المدرسة والمعلم وتحقيق النجاح للابناء مكتبة الشقافة الدينية ،مصر ط1.

27. لحسن عبد الله نحمد قاد(1998),تقويم العملية التكوينية في الجامعة ,الجزائر, ديوان المطبوعات الجامعية .

28. مايسة احمد النيال(2002),التنشئة الاجتماعية في علم النفس الاجتماعي ,دار المعرفة الجامعية الاسكندرية ,ب ط

29. محمد بركة خلية,(1979) ,علم النفس التربوي ,الكويت,ج1,ط3

30. محمد مصطفى زيدان(1983),دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام ,دار الشروق ,السعودية

31. مسعود جبران(1992), ,معجم الرائد ,دار العلم للملايين,بيروت,ط7

32. مصطفى منصوري(2005),التأخر الدراسي و طرق علاجه ,دار الغرب للنشر و التوزيع ,ط 2

33. نعيم الرفاعي(1972),الصحة النفسية ,دراسة سكولوجية التخلف ,دمشق المطالعة الجديدة ,ط 3.

- **المراجع الاجنبية :**

34. cuy avanzin; lechek scolaire. toulouz pof.paris1976.p41meme référence p132.

35. htmanns;t-f.emery.r.e;1998;abnormal.psychology.new yresy.prentes hall2 .holl24 TAULOR;S T.

- **رسائل جامعية**

36. انجي محمد الاشقر (2003),الضغوط النفسية لدى الطلبة الوافدين و حاجاتهم الارشادية في غزة ,اطروحة دكتوراه كلية التربية ,جامعة ام القرى ,المملكة العربية السعودية

37. جار الله بن مبارك السيندي (2008),الضغوط النفسية و علاقتها بالتحصيل الدراسي ,رسالة ماجستير في العلوم الاجتماعية ,تحقق الرعاية و الصحة النفسية ,جامعة نايف العربية للعلوم الامينية ,المملكة السعودية

38. رابح مدقن,و نعيمة لعور ,التوجيه بالرغبة وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة اولى ثانوي ,شهادة مكملة لنيل درجة الماجستير دراسة ميدانية بثانوية المصالحة 1013-2014 ورقلة

39. سميرة عبدي (2011),الضغط المدرسي و علاقته بسلوكات العنف و التحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس ,مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي, جامعة مولود معمري ,تيزي وزو,الجزائر

40. عبد الهادي بن محمد عبد الله القحطاني,(2003)الضغوط النفسية و علاقتها بالتفائل و التشائم و بعض المتغرات المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ,رسالة ماجستير في علم النفس الارشادي ,قسم علم النفس ,جامعة البحرين

41. العمري مرزوق بن احمد عبد المحسن (2012), الضغوط النفسية المدرسية و علاقتها بالانجاز الاكاديمي و مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث ,رسالة ماجيستير في علم النفس ,السعودية ,جامعة ام القرى

42. محمد بوفاتح (2005),الضغط النفسي و علاقته بمستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ,مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي,جامعة ورقلة ,الجزائر

43. نبيلة احمد ابو حبيب (2010),الضغوط النفسية و استراتجية مواجهتها و علاقتها بالتحصيل الدراسي لدى ابناء الشهداء في محافضة غزة ,رسالة ماجستير في التربية ,تخصص علم النفس ,جامعة الازهر ,غزة

- **المجلات :**

44. ازهار خزعل الخزلجي (2012)الضغوط النفسية لدى الطلبة الايتام في المرحلة المتوسطة ,مجلة كلية التربية ,العدد2

45. دخان نبيل الحجار (2007),الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية و علاقتها بالصلابة النفسية لديهم, مجلة الجامعة الاسلامية ,المجلد 14, العدد2

46. عبد الباسط ابراهيم (1994)عوامل الضبط المدرسيو علاقتها بضغوط الدراسة لدى تلاميذ المدارس الحكومية والخاصة منبئات بالتحصيل حول كلية التربية ,مجلة جامعة قطر ,العدد 10

الملاحـــــق

ملحق رقم (01)

مقياس الضغوط النفسية

- تعليمة :

اعزائ التلاميذ :

يتألف هذا المقياس من عدد العبارات التي تناولت موضوع العوامل المسببة للضغط النفسي بغرض إجراء دراسة علمية . المطلوب منكم ملاء هذا المقياس وان تعبروا عما تشعرون به أثناء تواجدكم في البيت و المدرسة للدراسة ، وذلك لتبيين رأيك فيما يخص كل عبارة من عبارات المقياس ، وذلك بوضع علامة(×) في الخانة التي تعبر عن رأيك فعلا، ولاحظ أيضا بأنه لا توجد عبارة تحمل جوابا صحيحا ، وبعد الانتهاء من الإجابة ارجوا منكم التأكد من إجابتكم على كل العبارات دون استثناء .

ونحيطكم علما بان إجابتكم ستحاط بالسرية التامة ولن يطلع عليها إلا الباحثة ، ونشكركم مسبقا على تعاونكم معنا لإجراء هذا البحث .

الرجاء منكم اعزائ التلاميذ ملئ الخانات التالية قبل الإجابة على عبارات القياس

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

شعبة الدراسة :

اللقب :

الاسم:

رقم الفقرة	درجة الموافقة	لا أعاني من مشكلة	أعاني بدرجة بسيطة	أعاني بدرجة شديدة
الرقم	**الفقرة**	1	2	3
1	أعاني من مستوى تحصيلي بشكل عام			
2	أعاني من تدني تحصيلي في المواد العلمية (الرياضيات ، الفيزياء).			
3	أعاني من تدني تحصيلي في اللغة الانجليزية			
4	أعاني من ضعف قدرتي على الاستيعاب			
5	أنسى كل أو بعض ما ادرسه			
6	لا أجد الرغبة الكافية في الدراسة			
7	لا يتوفر لي جو ملائم للدراسة في البيت			
8	كثيرا ما اشعر بالملل داخل الصف			
9	أعاني من ضعف التركيز أثناء الدراسة			
10	يزعجني ما يفعله بعض التلاميذ لعرقلة الحصص			
11	أخاف من الامتحانات			
12	أجد صعوبة في توجيه الأسئلة إلى المعلم			
13	لااعرف كيف ادرس			
14	أعاني من السرحان (أحلام اليقظة)			
15	أعاني من كثرة تشتت انتباهي داخل الصف			
16	أجد صعوبة في التفاهم مع والدي او احدهما			
17	لا يهتم والدي بدراستي			
18	يكلفني أهلي بمعظم أشغال البيت			
19	يعاملني أخي الأكبر معاملة سيئة ويحاول فرض سيطرته علي			
20	أعاني من قسوة والدي في تعامله معي			
21	أعاني من كثرة الشجار مع إخوتي			
22	أعاني من احترام والدي لرأي			
23	والدي يفضلان إخوتي علي			
24	لا استطيع مصارحة والدي بمشاكلي			
25	يتدخل والدي في اختيار أصدقائي			
26	والدي يتوقعان مني أكثر مما استطيع			
27	أعاني من تدخل والدي أو احدهما في شؤوني الخاصة			

28	علاقتي بالمدرسين أو بعضهم سيئة			
29	يزعجني أن المعلمين غير منصفين في تعاملهم مع التلاميذ			
30	اشعر أن المعلمين لا يحترمون التلاميذ			
31	اشعر أن المعلم لا يهتم بي			
32	يوبخني المعلم ويهنني أمام الصف			
33	أخاف من المعلم			
34	لا يوجد لي صديقات / أصدقاء			
35	زملائي / زميلاتي لا يحبونني			
36	يتعامل معي زملائي / زميلاتي بأنانية			
37	كثيرا ما أتشاجر مع زميلاتي / زملائي			
38	يضايقني مزاح زملائي / زميلاتي معي			
39	يوبخني زملائي / زميلاتي بألفاظ أنانية			
40	يناديني زملائي / زميلاتي بألقاب لا أحبها			
41	لا يتقبل زملائي / زميلاتي اختلافي معهم في الرأي			
42	لا يحترم زملائي / زميلاتي مشاعري			
43	لا اعرف كيف اكسب الأصدقاء / الصديقات			
44	مصروفي اليومي لا يكفيني			
45	لا املك ثمن الكتب و الدفاتر و المستلزمات المدرسية			
46	دخل اسرتي لا يكفيني لتغطية نفقاتنا المعيشية			
47	اعاني من الخجل من الجنس الاخر			
48	أعاني من تورطي في علاقة مع الجنس الأخر			
49	اشعر بالاكتئاب و الحزن في كثير من الأحيان			
50	يسيطر علي الخجل عندما أكون في جماعة			
51	يضايقني أنني سريع الغضب			
52	أعاني من الأرق			
53	اشعر بالقلق في الكثير من الأحيان			
54	اشعر بالملل في الكثير من الأحيان			
55	أخاف من الفشل الدراسي			
56	لا اعرف كيف اعبر عن نفسي بوضوح			
57	معدلي لا يؤهلني لدراسة التخصص الذي أحب أن ادرسه			
58	إمكانياتنا المالية لا تمكنني من إكمال دراستي			
59	لا اعرف ماذا افعل بعد أن أكمل التوجيهي			
60	لا يوجد لدي معلومات عن فرص الدراسة في المستقبل			

ملحق رقم (02)

معدلات تلاميذ المرحلة الثالثة ثانوي " ثانوية الإخوة حانوتي "

الشعبة " علوم تجريبية "

الشعبة	اللقب	الاسم	معدل التلميذ
علوم تجريبية	رابحي	سامية	13،67
علوم تجريبية	طاهير	امينة	10،00
علوم تجريبية	موهون	ايناس	18،00
علو تجريبية	دحماني	لامية	15،93
علوم تجريبية	كابيل	اعمر	14،14
علوم تجريبية	تالي	حمزة	11،12
علوم تجريبية	بنهول	منير	18،65
علوم تجريبية	خلفاوي	فريال	11،21
علوم تجريبية	نكاح	محمد	15،00
علوم تجريبية	مركاب	منال	12،86
علوم تجريبية	براهمي	اسماء	11،09
علوم تجريبية	بنظيف	حمزة	17،81
علوم تجريبية	كرور	ليسية	14،00
علوم تجريبية	شيني	طيطم	13،00
علوم تجريبية	توات	اكرام	12،54
علوم تجريبية	عوى	حسان	12،20
علوم تجريبية	عليش	مليسا	10،10
علوم تجريبية	قلواشي	براهيم	11،32

علوم تجريبية	بساحة	وليد	13،45
علوم تجريبية	موتر	ثنينة	12،60
علوم تجريبية	اميرال	رشا	12،70
علوم تجريبية	شينين	حسين	13،40
علوم تجريبية	عيدون	ماسينيسا	13،13
علوم تجريبية	ديب	ريان	12،83
الشعبة	اللقب	الاسم	معدل التلميذ
تسيير واقتصاد	طوجال	ندير	12،00
تسيير واقتصاد	حمادو	ليلية	10،11
تسيير واقتصاد	مسعد	كنزة	09،88
تسيير واقتصاد	شعبان	صارة	15،18
تسيير واقتصاد	حنطال	نهيدة	15،13
تسيير واقتصاد	عليش	وردية	14،00
تسيير واقتصاد	عبدون	مونية	09،40
تسيير واقتصاد	دغايمي	مونية	11،11
تسيير واقتصاد	بساح	نريمان	10،43
تسيير واقتصاد	زريفي	مسينيسا	08،98
تسيير واقتصاد	ورزن	مقران	10،87
تسيير و اقتصاد	سماح	مالحة	12،43
تسيير واقتصاد	راشدي	صفية	12،12
تسيير واقتصاد	براهيمي	ياسين	10،00
تسيير واقتصاد	بوجمعة	شيماء	13،46
تسيير واقتصاد	سحوي	دنيا	12،00
تسيير واقتصاد	طواهري	محند	09،10
تسيير واقتصاد	بوسعد	كريم	10،30
تسيير واقتصاد	رعاب	منار	7،97

تسيير واقتصاد	موساوي	زهرة	10،85
تسيير واقتصاد	مسعودي	ديهية	12،56
تسيير واقتصاد	مطوش	عمر	11،90
تسيير واقتصاد	ايت يحي	يوسف	12،41
تسيير واقتصاد	موهون	سليم	09،99
تسيير واقتصاد	أكلي	وليد	11،00
تسيير واقتصاد	مشحاط	بوسعد	11،21
تسيير واقتصاد	سليماني	اغيلاس	13،00

معدلات تلاميذ مرحلة ثالث ثانوي " ثانوية الإخوة حانوتي "

شعبة لغات أجنبية

الشعبة	اللقب	الإسم	المعدل
لغات أجنبية	ساين	فطيمة	15.02
لغات أجنبية	دحماني	لامية	12.58
لغات أجنبية	هادي	ياسين	11.35
لغات أجنبية	حسين	مليكة	10.32
لغات أجنبية	خازن	مقران	09.56
لغات أجنبية	سكار	ميليسا	12.69
لغات أجنبية	سماح	لويزة	13.58
لغات أجنبية	نايت براهيم	ليتيسيا	14.99
لغات أجنبية	تاهين	يانيس	08.02
لغات أجنبية	قاسمي	محند	07.92
لغات أجنبية	عزواوي	سيفاكس	11.05
لغات أجنبية	حماس	ايدير	10.63
لغات أجنبية	منصور	ماسينيسا	13.52
لغات أجنبية	عليان	ليتيسيا	12.55
لغات أجنبية	أملال	كنزة	16.25
لغات أجنبية	عبدون	مونيا	10.00
لغات أجنبية	بايو	نوارة	15.02
لغات أجنبية	راشدي	وردة	07.65
لغات أجنبية	عشيت	ثنينة	10.56

معدلات تلاميذ المرحلة ثالث ثانوي "ثانوية الإخوة حانوتي "

شعبة أدآب و فلسفة

الشعبة	اللقب	الإسم	معدل التلميذ
آداب و فلسفة	شعيبات	سعيد	11.45
آداب و فلسفة	خلفاوي	أعمر	10.01
آداب و فلسفة	بوجمعة	إيمان	10.54
آداب و فلسفة	فيروك	محند	12.55
آداب و فلسفة	بوشلاغم	أيمن	11.02
آداب و فلسفة	نوفل	إيناس	10.96
آداب و فلسفة	سماح	محند	08.22
آداب و فلسفة	بوراخ	داميا	10.09
آداب و فلسفة	زين	محند	09.55
آداب و فلسفة	نافع	رزقي	12.88
آداب و فلسفة	ودير	فارج	08.32
آداب و فلسفة	نقاع	لينا	15.12
آداب و فلسفة	أيت سالم	يانيس	10.93
آداب و فلسفة	لعبون	إيدير	10.25
آداب و فلسفة	أوغوافل	عزيز	09.65
آداب و فلسفة	شبيني	يمينة	11.57

آداب و فلسفة	حوشن	صارة	11.63
آداب و فلسفة	سعدون	ياسين	13.33
آداب و فلسفة	دحماني	ليزة	11.56
آداب و فلسفة	مونسي	صليحة	10.29
آداب و فلسفة	يحياوي	كريمة	11.88
آداب و فلسفة	توادي	فطيمة	14.21
آداب و فلسفة	رحماوي	كاتية	12.12
آداب و فلسفة	عزواوي	لينة	11.15
آداب و فلسفة	شرفوح	ديهية	09.03
آداب و فلسفة	عزوق	فريد	06.15
آداب و فلسفة	سي أحمد	عزدين	11.57
آداب و فلسفة	مروان	وسام	10.58
آداب و فلسفة	حمار	أحلام	14.01
آداب و فلسفة	رجاج	سيليا	09.05
آداب و فلسفة	كابيل	ديهية	14.15

ملحق رقم (03)

Group Statistics

	المجموعة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضغوط النفسية	العليا	8	108,1250	8,39111	2,96671
	الدنيا	8	67,5000	4,53557	1,60357

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
الضغوط النفسية	Equal variances assumed	2,050	,174	12,046	14
	Equal variances not assumed			12,046	10,769

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
الضغوط النفسية	Equal variances assumed	,000	40,62500	3,37235

	Equal variances not assumed	,000	40,62500	3,37235

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
الضغوط النفسية	Equal variances assumed	33,39202	47,85798
	Equal variances not assumed	33,18299	48,06701

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,912	60

Correlations

		الضغوط النفسية	التحصيل
الضغوط النفسية	Pearson Correlation	1	-,964**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	100	100
التحصيل	Pearson Correlation	-,964**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	

N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضغوط النفسية	ذكر	45	94,3778	15,18865	2,26419
	انثى	55	85,3091	13,03964	1,75827

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
الضغوط النفسية	Equal variances assumed	,769	,383	3,212	98
	Equal variances not assumed			3,163	87,223

Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means		
	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference

الضغوط النفسية	Equal variances assumed	,002	9,06869	2,82320
	Equal variances not assumed	,002	9,06869	2,86671

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
الضغوط النفسية	Equal variances assumed	3,46614	14,67123
	Equal variances not assumed	3,37099	14,76639

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التحصيل	انثى	55	12,0727	1,67613	,22601
	ذكر	45	11,1333	1,67332	,24944

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
التحصيل	Equal variances assumed	,029	,865	2,790	98
	Equal variances not assumed			2,791	94,179

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference Lower
التحصيل	Equal variances assumed	,006	,93939	,33666	,27130
	Equal variances not assumed	,006	,93939	,33660	,27107

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
التحصيل	Equal variances assumed	1,60749
	Equal variances not assumed	1,60771